



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W1KG15265	ImageGroup:	I1KG15286
LCCN:	94901271	ISBN:	n/a

Title:	ལྷང་གཙོན། (དུས་དེབ།) ljang gzhon/ (dus deb/)
Author:	n/a
Descriptor:	n/a
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	dharmsala, h.p.
Publisher:	ljang gzhon rtsom rig tshogs chung /
Date:	1990-1997
Volume:	2
Total Volumes:	9
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 9/2013

ལ་ལོ་ ༡༩༩༤

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༡

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལོ་ ༡

1991

ལ་ལོ་ ༡༩༩༤



2

ཙོམ་སྒྲིག་ཚྭ་ས་རྒྱུད་།

‘ཡུལ་ལྷན་པ་ཚོ་དཔལ་འཛིན་།

‘དཔལ་ལྷན་རྒྱལ་འོ་འོ་འོ་འོ་འོ་འོ་།

ལྷན་གཞིན་དུས་དེའི་འཛིན་པོ་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་། ཙོམ་རིག་སྒྲིག་
ལྷན་གྱི་གསལ་ཙོམ་འདོན་སྤྲོད་ཀྱིས་རང་རིག་ས་སྒྲིག་ཚྭ་ས་ནང་གན་གཞིན་...
ཐར་གསུམ་ལ་ཤེས་རིག་གོང་འཕེལ་གྱི་མཐུན་ཀྱིན་གྱི་སྒྲིམ་སྒྲིམ་ལོ་རེ་ཐེངས་
གཉིས་རེ་འདོན་སྤྲོད་།

༡) ལྷན་གཞིན་དུས་དེའི་དུ་ཐོན་པའི་ཙོམ་ཡིག་གི་བཞེད་དོན་ནམས་...
གོང་གསལ་ཙོམ་སྒྲིག་ཚྭ་ས་རྒྱུད་གི་བསམ་ཚུལ་ཡིན་པའི་ངས་ཐ་མེད།

༢) གོང་གསལ་ཙོམ་སྒྲིག་ཚྭ་ས་རྒྱུད་ལ་དགོངས་སྒྲིམ་མ་ཞུས་པར་...
དེའི་འདོན་པོ་ཙོམ་ཡིག་བཞུད་འགོད་གནང་མི་ཚོགས།

༣) གོང་གསལ་དམིགས་ཡུལ་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིག་ཙོམ་དང་ལགས་སྒྲིམ་
གྱི་དགོངས་འཆར་གནང་བར་དགའ་བསུ་ཡོད།

༤) ཙོམ་སྒྲིག་ཚྭ་ས་རྒྱུད་ལ་གནས་འབྲེལ་གནང་པའི་ཁ་བྱུང་།

The Editor
JANG-ZHON
R-8, Sunny Hostel
Ganchen Kyishong Dharamsal
Distt Kangra (H. P.) 176215

ཇུག་



དཀར་ཆག

༡	དམངས་གཙོ་འཕེལ་འདེགས་ཀྱི་སྐོར་གྱི་བཟང་པོ་བསྟན་འཛིན།	1
༢	ལྷན་སྒྲིལ་གྱི་དགའ་མ།	8
༣	མི་པོའི་བསམ་དོན།	9
༤	ཨ་མ་དྲན་སྒྲ།	11
༥	སྒྲིང་མོལ།	14
༦	ཉམ་ཆུང་གི་ཤུར་སྒྲ།	15
༧	རྟག་དུ་བོད་ལྗེ་མཆོད་པའི་སྐུ་མ་དཔོན་	17
	ཞིག་གི་འདས་ཆུང་།	27
༨	ཕ་ཡུལ་དྲན་སྒྲ།	27
༩	གངས་རིའི་མིག་ཆུ་བསྐྱེད་ཆེས།	28
༡༠	སྙན་ཆིག་ཁག་གཉིས།	32
༡༡	འགྱུར་ཁྲོག་	42
༡༢	ཁོ་མོ་ཡིད་ལ་འཁོར་བུང་།	45
༡༣	བསྟོད་ཆིག་སྒྲིན་གྱི་སྒྲ་དབྱངས།	48
༡༤	ལྷང་གཞིན།	50
༡༥	བྲལ་གདུང་།	52
༡༦	ཀུན་དགའ་དོན་འབྲུག།	54
༡༧	ཕྱིར་དྲན་གྱི་གདུང་བ།	56
༡༨	ཐོག་མའི་བརྟེན་དུང་།	63
༡༩	ཀ་ཙོམ།	64
༢༠	སྙན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གསང་བ་མན་ངག་གི་	
	གཞས་ཆིག་མཚོ་སྒྲིན་པོ་ཞེས་པའི་སྒྲ་ཡི་གེ་	
	བྱ་གསང་གཏེར་འདྲེན་པའི་གིང་ན།	

དམངས་གཙོ་ {འམ་} མང་གཙོ་

ཟུང་གཏོང་སྒྲོ་བཟང་བཅུན་འཛིན་གྱིས།

༣༡། ཁྲི་མ་དང་འཇམ་དཔལ་དབང་ས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།། རུབ་ཕྱག་ས་པའི་སྤྱིད་གྱི་
ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་དང་པ་པ་ཞིག་གི་མིང་“དེམོ་ཀེ་རེ་སྤྱི” (DEMOCRACY) ཞེས་པའི་རྒྱ་དོན་པོད་རྒྱ་དོན་
དེང་རྒྱལ་ས་ “དམངས་གཙོ” ཞེས་པའི་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་
སྤྱོད་། དེས་ཆིག་ལྟར་ན། སྤྱི་རེ་སྤྱི་དེ་གྱི་ “དེམོ” ཞེས་པ་མི་མང་དང་ “ཀེ་རེ་སྤྱི” ཞེས་པ་
དབང་བསྐྱར་གྱི་དོན་དུ་བཤད་འདུག་པས་ “མི་མང་སྤྱིད་དབང་” རེ་མ། “མི་མང་དབང་བསྐྱར་”
ཞེས་བསྐྱར་དགོས་ཕྱིན་པ་ལྟར་ཞིང་ “དེམོ་ཀེ་རེ་སྤྱི” སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་མང་ནས་མང་ཕྱག་ས་གྱི་ས་
(MAJORITY) ཐག་གཙོ་དབང་པའི་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་
དང་མི་འགལ། “དམངས་གཙོ” ཞེས་པ་ནི། “དེམོ་ཀེ་རེ་སྤྱི” ཞེས་པའི་ཆིག་དོན་ཇི་ཅེས་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ས་
པར་མ་མཐོང་ངོ་།།

མང་ཆོག་ས་གྱི་ས་དབང་པའི་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་
ཟིན་ཅིང་། རྒྱ་མ་འཛིན་བཞི་པ་ཕྱིན་པའི་དུས་སུ་འང་ཡང་ས་པ་ཅན་ལོག་ས་ལུ་དུ་མ་ཆོག་ས་གྱི་ས་
དབང་པ་ཡིན། ཆོག་ས་གྱི་ས་དབང་པའི་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་
(गणराज्य) ཞེས་པ་ལོ་རྒྱ་པ་རྒྱ་མ་གྱི་ས་ “ཆོག་ས་གྱི་ས་དབང་པ་” ཞེས་བསྐྱར་པ་ཏ་ཅང་འབྱུར་
བཟང་། བཞུག་ཡང་ནང་པའི་ལྟ་ཚུལ་གྱི་སྤྱོད་རབས་ལུ་ཐོག་མའི་ཚུལ་པོ་མང་ཆོག་ས་གྱི་ས་བདམས་པ་
དེར་ “མང་པོས་བཀུར་པ” ཞེས་འབོད་པའང་ཆིག་སྤྱོད་བཟང་།

དེང་རབས་ཆོག་ས་གྱི་ས་དབང་པའི་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་
དེའི་ཐ་ལྟར་ཀྱང་ “དེམོ་ཀེ་རེ་སྤྱི” ཅས་བསྐྱར་པ་སྤྱོད་པ་དགོས། ཅི་ལྟར་དེའི་ཐོད་གཉིས་ཀར་མཁས་
པ་ཞིག་གིས་དེའི་རྒྱ་དོན་རྒྱ་དོན་ཐད་བསྐྱར་པ་ལྟར་ན། “དེམོ་ཀེ་རེ་སྤྱི” ལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆིག་ “ཆོག་ས་གྱི་ས་
དབང་པ” འམ་ཡང་ན། “མི་ཆོག་ས་གྱི་ས་དབང་” ལྟ་ལྟ་ཞིག་དུ་བསྐྱར་པ་ལྟར་པར་དེས་ཀྱང་།
ལམ་སྤྱོད་པ་ཞིག་ལ་ད་ཆོར་རྒྱ་དོན་རྒྱ་དོན་དམར་ལུགས་གྱི་འདོད་ཚུལ་ལྟར་བསྐྱར་པའི་ “དམངས་
གཙོ” ཞེས་པའི་ཆིག་ནི་རྒྱ་དོན་པོད་དུ་བཅན་འཇུག་ཡིག་གི་བཅན་གཞན་གྱི་ཆོག་ས་སྤྱོད་
དུང་པ་ད་ལྟའི་བར་པོད་མིའི་དག་ཕྱིན་ལ་སྤྱོད་པའི་དུང་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དོས་ཟིན་དགོས། ཐོག་

མའི་ཡིག་ཆ་འགའ་མེད་ནང་ "འབངས་གཙོ་" དང་། "མི་སེར་དབང་གཙོ་" "མི་སེར་རྒྱལ་ཁབ་" མོགས་ཀྱི་ཆིག་སྒྲུར་ཐར་ཐོར་བྱུང་སྐད་བའང་ "དམངས་གཙོ་" ཞེས་པ་ལས་བཟང་བར་འདུག་མོད། དེང་སྐབས་ཕལ་ཆེར་ཡལ་ཟེན་འདུག ལར་ནས་ཐ་སྙད་འདི་དག་གྲང་རྒྱལ་འབངས་གཉིས་སུ་བྱེ་བ་ དང་། མངའ་བདག་དང་མི་སེར་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་བསམ་ཚུལ་གྱི་གཞི་ལས་བྱུང་སྐད་བས་ "ཉེ་མོ་ཞེ་སྟེ" ཞེས་པའི་དོན་ལོགས་པར་མཚོན་མི་ནུས་པར་སྤང་།

ཁྱད་པར་ལྡན་བོད་སྐད་དུ། "དམངས་" དང་། "མང་" "མི་དམངས་" དང་། "མི་ མང་" བཅས་ཀྱི་ཆིག་རྣམས་ཀྱི་བོད་དོན་གཏན་ནས་མི་གཅིག་ "མང་" ཞེས་པ་བྲངས་ཀྱི་གསལ་ བྱེད་དང་། "དམངས་" ཞེས་པ་རིགས་སམ་གྲལ་རིམ་གྱི་གསལ་བྱེད་ཡིན། ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་རིན་ཕྱེད་ ཙོག་མའི་འཕུར་ལས་¹ ལོགས་སུར་གྱི་ "མྱེཏུ" ཞེས་པ་བྲན་ནས་འཁོལ་པོའི་སྐད་དོད་ལ་བོད་སྐད་དུ། "དམངས་" ཞེས་བསྒྲུར་བ་དང་། དེ་མཚུངས་ཞི་བ་ལྟའི་སྤྱོད་འདུག་ཀ་བ་དཔལ་བཅེགས་ཀྱི་འཕུར་ ལས་གྲང་² "མྱེཏུ" སྐད་དོད་དུ། "དམངས་" ཞེས་བསྒྲུར་ཡོད། དེ་བཞིན་ཞ་ལུ་ལོ་ལྷ་བས་ མཚན་པའི་དག་ཡིག་ཟ་མ་ཉིག་ལས་³ "དམངས་རིགས་" "ཤུད" ཞེས་རིགས་བཞིའི་ནང་གི་ཐ་མ་ ལ་བཤད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དཔལ་ཁང་ལོ་ལྷ་བའི་དག་ཡིག་དག་སྒྲུན་དུའང་⁴ ཐོང་དང་མཐུན་པར་ གསུངས་ཤིང་། དུས་ཀྱི་ "སར་དུ་སྒྲུབས་" ས་བརྒྱམས་པའི་དབྱིན་བོད་ཆིག་མཛོད་དུ་⁵ "དམངས་" ཞེས་པ་ཕལ་པ་དང་རིགས་དམའ་བར་བཤད་ཅིང་། (H.A.JASEHKE) ཕྱིས་ཙམས་པའི་བོད་དབྱིན་ ཆིག་མཛོད་དུ་⁶ "དམངས་" ཞེས་པ་མི་ཕལ་པ་དང་། རྒྱ་གར་ལ་སྐྱར་ན་རིག་བཞིའི་ཐ་མར་ བཤད། ལོ་མཉམ་ཆུ་གྱི་བོད་དང་ལོགས་སུར་གྱི་ཆིག་མཛོད་དུའང་།⁷ "དམངས་" ཞེས་པ་བྲན་ དང་གདོལ་པར་བཤད་དོ། འདི་དག་ནི་མཚོན་པ་ཙམ་དངས་པ་སྟེ་བོད་ཀྱི་གནད་གཞུང་གང་དུའང་ "དམངས་" ཞེས་པ་བྲན་འཁོལ་དང་། གདོལ་པ། ཕལ་པ་བཅས་ཀྱི་དོན་ལས། "མི་མང་" ངམ་ "མང་ཆོགས་" ཐོ་བྱེད་དུ་སྐྱར་བ་གཅིག་གྲང་མེད། རྒྱ་ནག་གི་སྤྱོད་དུའང་ "དམངས་ཙམ་" དང་། "དམངས་ཆང་" "དམངས་གཞན་" མོགས་མི་ཕལ་པའམ་གྲལ་རིམ་ཕལ་པ་ཞིག་གི་ཆེད་ པ་ཡོང་པ་བྲགས་སུ་འདུག།

"ཉེ་མོ་ཞེ་སྟེ" ཞེས་པའི་མིང་ཆིག་གང་ནས་བྱུང་བའི་རྒྱ་བ་སྤིང་པ་རྣམས་ཀྱི་འདོད་པ་ལྟར་ན་ སྤྱོད་ལུགས་འདིའི་ནང་ལོ་ཆད་མ་ལོན་པ་དང་བྲིམས་ཐོག་ནས་དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བ་ཤུད། དེ་

མིན་མི་མང་ཡོངས་ཚྲིགས་འདྲ་མཉམ་གྱི་སྲིད་དབང་གི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་དང་། ཐུག་གཅོད་མང་མོས་
ལྷན་ཁྲུང་པ་གཉིས་ཀ་དགོས་པ་ལས་གྲུབ་ཤིང་འཕྲུག་པར་བཞག་གི་དབང་བསྐྱར་བྱེད་པའི་སྲིད་ལུགས་ལ་
ནམ་ཡང་ "ཉིམ་ཀའི་སྲིད་ལུགས་" ཡིན་པར་མི་འདོད། དེས་ན་མིང་ཆེན་འདིའི་སྐད་དོད་ལ་ངེས་པར་མི་
མང་མཚན་པའི་ཐ་སྙད་ཅིག་དགོས་ཀྱི་གྲུབ་ཤིང་འཕྲུག་པ་མཚན་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱིས་སྐད་དོད་མི་བྱུང་བོ།

ཐུག་གི་ལུགས་སྐད་དུ་འདི་ལ། "སྤྲུལ་རྒྱུ" (प्रजा तन्त्र) ཞེས་བསྐྱར་བ་དེའི་དོན་བོད་
སྐད་དུ། རྒྱུ་ལྱུང་གྱི་ལྟ་བུ། ཅས་པར་འབྱུར་ཞིང་། རྒྱུ་ལྱུང་ཞེས་པ་མི་མང་ཡོངས་ཚྲིགས་ལ་གོ་ཡི་
གྲུབ་ཤིང་འཕྲུག་པའི་དོན་ལ་མི་འཇུག་ མདོ་ལས་ནི་⁹⁰ "རྒྱུ་ལྱུང་" ཞེས་པ་སྤྲུལ་བཅུད་གཉིས་
ཀར་འཇུག་པར་གསུངས་ཤིང་། རྒྱུ་ལྱུང་ཡང་ "རྒྱུ་ལྱུང་" ཞེས་བྲིས་ན། "ལྱུང་" ཞེས་པ་མཐའ་དག་
གི་དོན་ལྟ། རྒྱུ་ལྱུང་ཆད་ལ་གོ་ཞིང་། "རྒྱུ་ལྱུང་" ཞེས་བྲིས་ན་འང་ཁམས་གསུམ་པན་ཚུན་
དུ་རྒྱུ་ལྱུང་གསུངས་བསུངས་དཔུངས་འབྱུར་བའི་ཕྱིར་དེ་ཡང་རྒྱུ་ལྱུང་གསུངས་ལ་གོ་བའི་དོན་ལས་མ་འདས།
སྐབས་འདིའི་ "རྒྱུ་ལྱུང་" ཅས་པ་ལས་སྤྲུལ་ལ་གོ་བྱུང་ཡང་། དབང་བ་ལའང་གོ་བ། དཔེར་ན་
དབྱུང་མ་རང་རྒྱུ་ལྱུང་པ་དོན་དུ་རང་དབང་བ་ཞེས་པར་གོ་བའི་དོན་ལས་མཐའ་ལ་སྐུ་ལས་གསུངས་ཞིང་།
ནམ་ཚའི་འབྱུར་གྱི་འཇུག་འབྱེལ་⁹¹ དུ་རང་རྒྱུ་ལྱུང་མ་རང་དབང་ཞེས་བསྐྱར་ཡོད་པ་འབྱུར་བཟང་བར་
བཞིན། དེས་ན་ "རྒྱུ་ལྱུང་དབང་བ་" ཞེས་པར་འབྱུར། དེ་བཞིན་ "ལྟ་ལྟ་རྒྱུ" (लोकतन्त्र)
ཞེས་པ་དང་། རྒྱུ་ལྱུང་ (जनतन्त्र) ཞེས་པའི་ཆེན་སྲིད་ཡང་ "ལྟ་ལྟ་" (लोक) ཞེས་པ་འཛིན་
ནི་ནམ་མེད་ཆོག་པ་ "རྒྱུ་ལྱུང་" (जन) ཞེས་པའི་རྒྱུ་ལྱུང་ལས་ཡོད་དང་དོན་མཚུངས་སོ།

རྒྱུ་ལྱུང་གི་པའི་འདོད་པ་ལྷན་གྱི་ "ཉིམ་ཀའི་སྲིད་ལུགས་" ཞེས་པའི་ལམ་སྤྲུལ་ལ་གྲུབ་ཤིང་འཕྲུག་
པ་མིང་པར་མི་མང་ཡོངས་ལ་འདྲ་མཉམ་གྱི་དབང་གྲུགས་དགོས་པ་ནི་ཆེས་ཡོངས་སུ་གྲུགས་པས་ཁྲུང་ས་
ལུང་འདྲིན་པའི་དཔེ་བ་མ་དགོས་མོད། མཚན་པ་ཅམ་དུ། ཨ་མ་མ་ ༥༠ བེའི་ལ

(R.G.GETTELL) རྒྱུས་བརྒྱུ་ལས་པའི་ "སྲིད་དོན་མཚན་རིག་" ⁹² (POLITICAL SCIENCE)
ནས་ཕུང་ཞིག་དང་ན་ "ཉིམ་ཀའི་སྲིད་ལུགས་" ཞེས་པའི་སྲིད་ཀྱི་ལམ་སྤྲུལ་ལ་གྲུབ་ཤིང་འཕྲུག་པར་བཞག་གི་
དབང་གི་རྒྱུས་གྲུགས་མཉམ་སྲིད་བྱེད་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་དང་། གྲུབ་ཤིང་འཕྲུག་པར་བཞག་པའི་
དམིགས་བསལ་སྲིད་དོན་གྱི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པའམ། སྲིད་དབང་སྤྲུལ་འཛིན་གྱི་བསམ་ཚུལ་ལ་དགག་
བྱ་དང་། སྲིད་དོན་གྱི་འདྲ་མཉམ་ཡོད་པ་གཞིར་བཞག་གིས་སྲིད་ཡོངས་མང་ཆོག་གི་བསམ་ཚུལ་
དང་མཐུན་པར་མང་མོས་ཐུག་གཅོད་དང་། ཁྲིམས་ཀྱི་ལམ་སྤྲུལ་གྱིས་དབང་བསྐྱར་བྱས་པ་ཞིག་ལ་

ཟེལ་ ལམ་སྤྲོལ་འདིས་མང་ཚོགས་ལ་རང་ཉིད་རང་སྤྱོད་གི་རྒྱལ་པ་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་བྱིང་།
 ཅེས་གསལ་བ་འདི་སྤྱད་དོན་མཚན་རིག་གི་གཞུང་ལུགས་གསར་ཅིང་ཀུན་དང་མཐུན་པར་སྤང་།

དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་སྟུན་ཙམ་ཐོར་བུའི་ནང་ "བྱལ་ཁམས་བསྐྱར་བའི་སྤང་ཚུལ་"⁹⁸
 ཞེས་པར་ཡང་། ཁྱེད་ཆེན་མོ་སོས་པ་བདམས་པའི་འཐུས་མི་ལས། ཡིན་མིན་བརྟགས་པའི་ཚུལ་
 ཤིང་འབྲེམས་བྱས་ནས། གང་ཞིག་མང་པོའི་ཕྱོགས་སུ་ཐག་གཅོད་པ། དཔྱད་ཇི་གཞུང་དང་མི་
 གོའི་སྤྲོལ་ལུགས་ཉིད། ཅེས་ "མང་པོའི་ཕྱོགས་སུ་ཐག་གཅོད་པ" ཞེས་གསལ་བ་མ་ཟད། དེ་ཉིད་
 གྱི་ "གཏམ་རྒྱུད་གསེར་ཐང་" ལས།⁹⁹ "ཡུལ་ཆེན་པོ་བདུན་ལ་ལྷག་པར་ཡུལ་མིའི་སྤྱི་གཞུང་དེ་
 ཡང་ཚུགས་ཟེན་ཅིང་" ཞེས་ "ཡུལ་མིའི་སྤྱི་གཞུང་" ཞེས་བརྟགས་པ་ལས་ "དམངས་གཙོ" ཞེས་
 པའི་ཐ་སྟད་མ་མཇད་དོ།

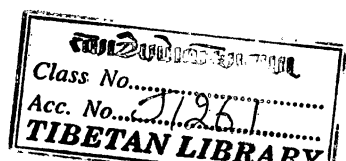
དམར་པོའི་རིང་ལུགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། "དེ་མོ་ཀེ་ཟེམྱེ" ཞེས་པའི་ཐ་སྟད་འདྲ་ཡང་།
 དེའི་གོ་དོན་རྒྱལ་ཕྱོགས་པ་གཞན་དང་གཏན་མི་འདྲ་བར་འཁྲོག་བཤད་བྱས་དེ་འབྱོར་མེད་གྲལ་རིམ་གྱིས་
 སྤྱད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལ། "དེ་མོ་ཀེ་ཟེམྱེ" ཡིན་པའི་བཤད་པ་ "མར་ཁེ་སི" "ཞེན་ཀེ་སི"
 གཉིས་ཀའི་གཞུང་དུ་མདོར་ཅམ་གསལ་ཞིང་། ཞིབ་བྱས་ཀྱི་བཤད་པ་བྱ་དམར་ཆོས་བྱས་འདུག་པ་
 དཔེར་ན། ཁོ་ཚོའི་སྤྱད་དོན་མཚན་རིག་ལ་ཆེས་མཁས་པར་སྒྲགས་པ་ ཏུང་པི་ལུའུར་འབོད་པ་
 དེས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ཕྱི་ཟླ་ ༡༠ ཆེས་ ༡༦ མི་དམངས་སྤྱི་དབང་ཞིབ་འཇུག་ལྷན་ཚོགས་
 ཐོག་གི་གཏམ་བཤད་དུ་¹⁰⁰ "ང་ཚོའི་དམངས་གཙོ་རིང་ལུགས་གསར་པའི་བྱལ་ཁམས་ནང་མི་སྤྱོད་
 ཞིག་གི་སྤྱད་དབང་བཟུང་ཡོད་པ་དང་། སྤྱི་ཚུས་གང་འདྲ་ཞིག་ལག་ལེན་བསྟར་གྱི་ཡོད་ཟེར་ན།
 ཀྱང་གོའི་གནས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ན། འབྱོར་མེད་གྲལ་རིམ་གྱིས་འགོ་བྱིད་བྱེད་པ་དང་བཟོ་ཞིང་
 མནའ་འབྲེལ་གྱིས་སྤང་གཞི་བྱས་ཐོག་དམངས་གཙོའི་བྱལ་གཅོས་མི་སྤྱོད་ཚུད་པའི་མི་དམངས་རྣམས་
 མཉམ་དུ་སྤྱིག་འཇུགས་བྱས་པའི་མི་དམངས་དམངས་གཙོའི་སྤྱད་དབང་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ང་ཆོས་ཆེན་ཐག་
 ཐད་དེ་བཅད་ནས་བཤད་ཆོག་པ་ཞིག་རེད། དེའི་ངོ་ཙོ་ནི། འབྱོར་མེད་གྲལ་རིམ་གྱིས་འགོ་
 བྱིད་བྱེད་པ་དང་བཟོ་ཞིང་མནའ་འབྲེལ་གྱིས་སྤང་གཞི་བྱས་པའི་མི་དམངས་དམངས་གཙོའི་སྤྱད་དབང་
 སྤྱད་འཛིན་ཞིག་རེད།"

མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་ "དམངས་གཙོ" དང་། "སྤྱད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་" ཞེས་པའི་མིང་
 ཆེན་གཉིས་པོ་དེ་དབྱེ་བ་གསལ་པོ་འབྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། "དམངས་གཙོ" གྲིལ་བ་ཡིན་ན།

"སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་" གུས་མི་ཚོགས་པ་དང་། "སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་" གུས་པ་ཡིན་ན།
 "དམངས་གཙོ་" གྲུལ་མི་ཚོགས་པའི་ལྷ་ཚུལ་འཛིན་གྱི་ཡོད་པ་ཟེད། ཁོ་ཚོའི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་
 དང་དམངས་གཙོ་གཉིས་པར་གྱི་འབྲེལ་བ་མ་ཤེས་པར་དམངས་གཙོ་ལ་འབྱུང་བ་མེད་པའི་སྒྲིན་ནས་ངོས་
 འཛིན་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལ་ཡང་འབྱུང་བ་མེད་པའི་སྒྲིན་ནས་ངོས་འཛིན་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་
 ཟེད། ཅེས་དང་། ཡང་། "དམངས་གཙོ་རིང་ལུགས་གསར་པའི་སྲིད་དབང་ནི་འབྱུང་མེད་གྲུལ་
 རིམ་གྱི་འགོ་བྱེད་འོག་མི་དམངས་དམངས་གཙོའི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལག་བསྟར་གྲུལ་པའི་སྲིད་
 དབང་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་ཞིག་ཟེད།" ཅེས་གིན་ཏུ་གསལ་བར་བཤད་འདུག
 བཞན་ཡང་ "དག་ཡིག་གསར་སྒྲིག་" ¹⁶ ཅེས་པ་ལས། (དམངས་) མི་དམངས་ཀྱི་ དེ་ལ་
 གྲུལ་ཁབ་མི་མཐུན་པ་དང་། གྲུལ་ཁབ་གཅིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་སྐབས་མི་མཐུན་པར་ནང་དོན་མི་
 འདྲ་བ་ཡོད། རང་རེའི་གྲུལ་ཁབ་དུང་སྐབས་སྒྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་འཛུགས་སྒྲིན་བྱེད་པའི་སྐབས་
 འདིར། སྒྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ལ་དགའ་ཞིང་བཀུར་བཅོམ་བྱེད་མཁན་གྱི་གྲུལ་རིམ་དང་རིམ་གྲས་སྒྱི་
 ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་པ་བཅས་ནི་མི་དམངས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་གནོད་གསུམ་པ་ཡིན།

(དམངས་གཙོ་) ༡ མི་དམངས་གྲུལ་ཁབ་བདག་གཉེར་བྱེད་པའི་དབང་ཆ་དང་རང་
 གི་བསམ་འཆར་བཤད་པའི་དབང་ཆ་ཡོད་པའི་དོན། དམངས་གཙོ་ནི་སྒྲིང་གི་བཞོན་པ་དང་ཆབ་
 སྲིད་ཀྱི་ཁོངས་གནོད་གསུམ་ཞིག་ཡིན། འཛིན་དོན་ན་དམངས་གཙོ་བྱེད་གྲུག་པའམ་རང་མཚན་པ་ཞིག་
 ཡོད་པ་མ་གཏོགས། དམངས་གཙོ་སྒྱི་མཚན་པ་ཞིག་དང་། གྲུལ་རིམ་ལས་འདས་པའི་དམངས་
 གཙོ་ཞིག་མེད། འབྱུང་ལུན་གྲུལ་རིམ་གྱིས་དམངས་གཙོ་ཟེར་བ་དེ་ནི་མི་དམངས་མགོ་སྐྱོར་བྱེད་
 ཅམ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། འབྱུང་མེད་གྲུལ་རིམ་གྱི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་འོག་མ་གཏོགས། མི་
 དམངས་མང་ཚོགས་ཕྱ་ཆེན་པོར་བྱལ་ཆེ་ཞིང་། ཡང་དག་པའི་དམངས་གཙོ་སྒྲིང་མི་གྲུག་

ཁ མང་ཚོགས་མང་ཆེ་བའི་བསམ་འཆར་ལྟར་དོན་ཐག་གཅོད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་སྒྲུང་སྒྱི་
 མིང་སྒྱེ། སྒྲིང་སྒྲུང་སྒྲུང་སྒྲུང་གཙོ་ཡིན་པ། དམངས་གཙོ་ཡོད་ལ། གཅིག་སྒྲུང་གུང་ཡོད་
 ཅེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཞེས་དང་། ཡང་བོད་ཕྱི་ཆེན་མཛོད་ཆེན་མོ་ལས་¹⁷ "མི་དམངས་དམངས་
 གཙོའི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན། བཅོམ་གྲུལ་རིམ་ (ཁྱད་ཁན་ཏང་བརྒྱུད་) གྱིས་འགོ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་
 བཅོམ་མནའ་འབྲེལ་གྱིས་མང་གཞི་བྱེད་པའི་མི་དམངས་དམངས་གཙོའི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལ་
 ཟེར་" ཞེས་སྐད་མང་དུ་བྱུང་ཞིང་། འདི་དག་གུང་མཚན་པ་ཅམ་ལས་བསྐྱངས་ཀྱིས་མི་ལང་བའི་
 ལུང་ཁྲངས་ཡོད་པ་དམར་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ལ་གཅིག་ན་གསལ།



ཕྱ་དམར་གྱིས་ནི། མི་མང་ལ་ "མི་དམངས་" དང་། མི་མང་འཐུས་མི་ལ་ "མི་
དམངས་འཐུས་མི་" ཞེས་གཅིག་གྱུར་བྱས་ཡོད་ཀྱང་བོད་མིས་ "དམངས་གཙོ" གྱང་པ་ལས་མི་མང་
དང་། མི་མང་གྱི་འཐུས་ལ་ཕྱ་མའི་ལད་མོ་བྱེད་མ་རྣམས་པར་འདུག་སྟེ། ཕྱ་མཆན་གང་ཡིན་མ་
ཤེས། མ་འོངས་བོད་ཀྱི་ཅ་ཁྲིམས་ཀྱི་དཔར་ལ་ཤེས་དང་། བོད་མི་མང་གྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་
ཀྱི་འོས་བསྐྱེད་སྒྲིག་གཞི་གསར་ཅིང་སྐབས་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ཆ་དང་། རང་དབང་སྐབས་གསར་
ཤོག་དང་དུས་དཔེ་མང་ཆེ་བར་ "དམངས་གཙོ" མ་གཏོགས་མི་མང་དང་། མི་མང་གྱི་འཐུས་
བཅས་ལ་ "དམངས་" གྲུབ་ཤིང་བར་མ་ཞུགས་འདུག་པ་སྐབས་ལོགས་སྟེ། འོན་ཀྱང་རིགས་
པས་འཕུལ་ན། "དམངས་གཙོ" འཐད་ལ་ "མི་དམངས་" "མི་འཐད་པའི་ཕྱ་མཆན་ནི་ཆངས་
པས་ཀྱང་བཟོད་པར་དགའ་འོ།

གཞན་ཡང་ "ཉེ་མོག་ཤེསྟེ" རིང་ལུགས་སྟེ་ཆོགས་འདུའི་ལས་དོན་མང་མོས་ཀྱིས་ཐུག་
གཙོད་བྱས་པའི་ཕྱིར་མང་བའི་ཕྱོགས་ཀྱི་དབང་ཆ་གཙོ་ཆེ་ཞེས་འདོད་དགོས་ཕྱུལ། འཐུས་མི་བརྒྱ་
ཡོད་པའི་ཆོགས་འདུ་ཞིག་དུ་འཐུས་མི་དུག་ཅུའི་མོས་འདུན་ལྟར་ཐུག་གཙོད་བྱས་པའི་དོན་གནས་ཤིག་ལ་
དུག་ཅུའི་གངས་བཞི་བཅུ་ལས་མང་བའི་ཕྱ་མཆན་གྱིས་མང་གཙོའི་ཐུག་གཙོད་ཡིན་པར་བཤད་དུ་ཡོད་
མོད། བྱིད་ཀྱི་ལྟར་ན། "དམངས་གཙོའི་" ཐུག་གཙོད་ཡིན་པས་དུག་ཅུ་དེ་དམངས་ཡིན་ལ་
འཕྲོས་བཞི་བཅུ་དེ་དམངས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱ་མཆན་བཤད་དུ་ཡོད་ན་ཤོད་དགོས་པར་འདུག་གོ།

གལ་ཏེ་ "དམངས་" ཞེས་པ་གྱིར་རིགས་ཀྱི་ཐུག་པའི་མིང་ལ་འཇུག་ནའང་། བར་སྐབས་
བོད་མྱོད་དབང་གིས་ "མང་" ལའང་གོ་རུང་ཞིང་། དམངས་གཙོལ་གཏོང་ཚུགས་པའི་སྐར་ལྷ་རྩེན་
པས་སྐྱོན་མེད་དོ་སྙམ་ནའང་། མི་རིགས་ཏེ། "དམངས་" དང་། "མང་" གོ་དོན་མི་འདྲ་བ་
མེད་པའི་སྐར་ལྷ་རྩེན་པས་པ་ཡིན་ན། འབྲུལ་གཞི་མེད་ཅིང་། ཡིག་ཏུ་བ་དེ་ཉིད་བཞག་ན་སྐྱོན་
ཅི་ཡོད། བོད་དག་གི་གནད་ལའང་མང་བས་བྱིས་པ་ལ་དག་པར་འཇོག་དགོས་པའི་མང་གཙོའི་ལམ་
ལྟལ་མོན་པའི་རྩིས་གཙོད་ལྟ་དག་ལྟར་ཡིན་ན་ནི་ཁོ་བོ་ཅག་གི་སྐྱོ་བའི་བརྒྱུལ་ཞུགས་བཟུང་བ་ལས་ཅི་བྱུར་
མ་མཆིས་སོ།

'Democracy, term literally meaning rule by the people (from the Greek *demos*, "the people," and *Kratos*, "rule") but having several different senses in contemporary usage. (1) a form of government in which the right to make political decisions is exercised directly by the whole body of citizens, acting under procedures of majority rule, usually known as direct democracy; (2) a form of government in which the citizens exercise the same right not in person but through representatives chosen by and responsible to them, known as

representative democracy; (3) a form of government, usually a representative democracy, in which the powers of the majority are exercised within a framework of constitutional restraints designed to guarantee minorities the enjoyment of certain individual or collective rights, such as freedom of speech and religion, known as liberal or constitutional democracy; (4) any political or social system that tends to minimize social and economic differences, especially those arising out of the unequal distribution of private property. This last is known as social or economic democracy, even when the political system is not democratic in any of the first three senses.'

Encyclopaedia Britannica Micropaedica Vol. III. page No. 458 15th edition 1974

ཡངས་པ་ཅན་ཚོས་ཀྱིས་དབང་བ་ཡིན་པས་དེར་འགྲོ་འོ་སྐྱུ་མ་ནས། འདུལ་བ་ལུང་གཞི། དགེ་
འདུན་གྱིས་སྤོང་འབྲུག་དང་མ་པ་ཤོག་བྱངས། ༡༧༥ ཞལ་དཔལ་
དམངས་ཀྱི་བྱ་རྒྱུ་མཉམས་བསྟན་པར་འབྱུ་ས། སེལ་ཏེ་འཁྲལ་ཤིག་མི། ལེའུ་བཞི་པ། ཤོ་ལོ་ག ༩༠
དེ་ལྟར་དམངས་ཀྱི་ཁྱུལ་གྱི་ལྟུང་བཞིན། འཁྲལ་ཆུ་ཆུ་པ་ཡེ་ཡེ། ༡༣༠ ལེའུ་བྱུ་པ། ཤོ་ལོ་ག
༡༩༠

དམག་དཔོན་ [ཤུ]དམངས་འཕྲུལ་དམག་པ་དང་། ཤོག་བྱངས། ༡༡ རྒྱ་ཆེན་ཆོས་རྒྱུད་བཟང་
པོ། ༡༧༩༠ ལོར་བཅུ་མཉམས།
དམག་ལྷོ་ཉེས་དམིགས་དམངས་འཕྲུལ་དམག་ཤོག་བྱངས། ༡༩༡ ལྷ་མོ་དགེ་སྤྱོད་དབང་ཆོས་
ཀྱི་ཁྱུ་མཚོ་དབྱངས་ཅན་ལྷོ་པའི་མེ་འཕྲ། དཔལ་རྒྱུད་དམངས་པ་ཆོས་མཛད་ལོ་ལྟ་བུ་པས་ ༡༧༩༤ ལོར་
བཅུ་མཉམས།

Tibetan English Dictionary, page No. 981 Publisher Motilal Banarsidas

A Tibetan English Dictionary, page No. 422. Printed in Britain by Lowe and Brydrone (Printers) Ltd. London 1881

Tibetan Sanskrit Dictionary, page, No. 1861., Kyoto, Rinsen Book Company 1976

ཐབས་ཀྱི་ལྷུ་ལ་རྒྱུ་པར་འབྲུལ་པ་བསྟན་པའི་མདོ། རྒྱ་མོ་ལོ་ག ༡༠༡ ཤོག་བྱངས། ༡༠༡

འཕྲུག་འབྲུག་ནས་ཆོད་འབྱུ་ས། དར་ཐང་བཀའ་བསྟན་པོ། ༡༡༩

Political Science, page, No. 199., Calcutta, The world press privet Ltd. 1967

ཁང་ཅན་འཕྲུག་མཛོད་དེ་བ་བཅུ་གཅིག་པ། ཤོག་བྱངས། ༩༠༡ ཐོད་ཐོད་མ་ཐོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་ལྟར་ ༡༩༩༠

ཁང་ཅན་འཕྲུག་མཛོད་དེ་བ་བཅུ་གཅིག་པ། ཤོག་བྱངས། ༡༧༥ ཐོད་ཐོད་མ་ཐོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་ལྟར་ ༡༩༩༠

ཁྱི་ཆོག་མ་རེ་ལྷུ་ལ་ཀྱི་དམངས་པ་ལོ་དང་ཁྱི་མ་ལྷུ་ལ་ལྷུ་ལ་ལྷུ་ལ་ལྷུ་ལ་ (དུང་ཡི་ལྷུ་) ཤོག་བྱངས། ༡༦ མེ་
འཕྲུག་དཔེ་བསྟན་ལྟར་ ༡༩༩༡ ཡང་ཤོག་བྱངས། ༡༩

དག་ལྷུ་ལ་ལྷུ་ལ་ལྷུ་ལ་ ཤོག་བྱངས། ༡༩ མཚོ་ཐོན་མེ་འཕྲུག་དཔེ་བསྟན་ལྟར་ནས་ ༡༩༩༩

ཐོད་ཐོད་མཛོད་ཆོད་པོ། "བར་ཆོ" ཤོག་བྱངས། ༡༡༩༦ མེ་འཕྲུག་དཔེ་བསྟན་ལྟར་

ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་དགའ་མ།

བགྲིས་དོན་འབྲུག

ཁྱེད་ནི་མཐོ་གཟར་བྲག་རིའི་ངོས་ཀྱི་གནའ་བོའི་གསེམ་སྤྲེང་།

ང་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་ཡལ་གར་འཁོད་པའི་ཉམ་ཆུང་བྱེད།

ཅ་གྲུང་དྲག་པོ་མཚོངས་བའི་འབབ་རྒྱུན་གྱིས་ཚང་ཆུང་གཏོར་ནའང་།

གི་ཡང་དམ་དུ་འཐམས་པའི་ལག་ཟུང་ག་ལ་ལྟོད།

ཡིད་བརྟན་གྱི་གདུང་གྲོགས།

ཁྱེད་ནི་དཀར་གསལ་ཁ་བས་བཅེགས་པའི་བཞིན་ཆགས་ཀྱི་གངས་རི།

ང་ནི་ཁྱེད་ལ་ཁྲིང་སྒོར་བྱེད་པའི་བྱ་ལམ་གྱི་སྐྱག་ཕྱག

ཁ་ཆར་བྱ་ཡུག་འཛུབ་པའི་འུར་སྐྱ་ལ་འཛིགས་པ་མེད་ཀྱང་།

གཤོག་ཟུར་ཆུང་ལ་བསྐྱར་བ་ནི་གནམ་བསྐྱོས་ཀྱི་ལས་དབང་།

བཅེ་ལྷན་གྱི་ཡུམ་ཆེན།

ཁྱེད་ནི་དབྱན་དུས་འབྲག་པས་བསྐྱམས་པའི་ཡིད་འོང་གི་ཐིང་བྲ།

ང་ནི་ཁྱེད་དང་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལྷོ་འགྲོད་ཀྱི་ངང་ཕུག

གྲང་ངར་ལྷག་པ་ལྲང་བའི་རྩལ་རིག་ལ་ཡལ་བ་མེད་ཀྱང་།

ནམ་ཡང་འདྲོར་ཐབས་མེད་པ་ནི་སྤྲོད་བསགས་ཀྱི་ལས་ལགས།

ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་དགའ་མ།

ཁྱེད་ནི་བཅིངས་པའི་བྲོད་ཆུབས་རྒྱས་པའི་ཆུ་གཏེར།

བཅས་པའི་ལྷོ་ཁྲག་འཐོར་སའི་མཐོ་སྤང་།

ཆུང་རྩས་ཀྱི་ཞེ་རེལ་སའི་ཙུ་ཐང་།
 ཞི་ཡང་རྩས་ཆུང་གཏོར་སའི་བོད་མིའི་རྩར་ས་ལགས།
 རོད་སྦྱིད་ཀྱི་གཞི་བྱིས།

མི་ཕྱི་བསམ་དོན།

སྐལ་བཟང་ལྷ་མོས།

སྦྱིན་མུག་ལང་ལོང་འབྲིགས་ཏེ་མུན་པ་འཐིབས།
 ལྷ་བ་ལྷ་བ་ཁ་བས་རི་ཁྲུང་དར་དཀར་སྦྱོན།
 ཉམས་ལྷན་སྤྱིལ་བུར་གཞོན་ཀྱི་རྟོགས་བརྗོད་དེ།
 འུགས་སྤྱུ་རྒྱུང་དང་འབྲོགས་ནས་ལེན་པར་བྱེད།
 འདས་པའི་མི་ཆེ་ད་ལྷའི་ཆེ་ཡི་སྟོག
 ཁ་བའི་འདབ་ལྷར་སྦྱང་པོ་དོན་གྱི་བསྐལ།
 ལང་ཚོའི་བཀྲག་མདངས་ཏེ་ལྷགས་གདོན་གྱི་བཀྲ་
 འདུན་པའི་ཕྱི་མོར་མཆེ་མའི་ཀོ་མོག་འབྲིལ།
 ཀྱི་མ་སྦྱང་མེད་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱིལ་བསྐྱར་མཁན།
 བྱིད་ནི་སྤྱི་ལྷན་མཆོར་སྦྱོགས་གཡོན་མར་མཚུངས།
 རེས་འགའ་བྱིད་ཀྱིས་སེམ་པའི་དཔལ་ལ་སྦྱོར།
 བྱིད་ཀྱིས་རེས་འགའ་འཛིགས་པའི་གཡང་སར་བསྐྱར།
 ཟང་ཟེང་ཁོར་ཡུག་མི་ལམ་འདུ་འགོད་འདྲ།

གླེ་པོ་སློ་གྲོང་དབྱར་གྱི་སྤྱིན་ལྟར་གཡོ།
 བདག་གི་ཡིད་ན་གཙོང་ནད་བཟོ་ལྷགས་དེས།
 བྱིད་ནི་ཁྱེལ་མེད་འཁྱོན་པོ་ཞིག་དང་མཚུངས།
 གྱི་དྲུང་གོ་གས་པོ་བསྐྱུ་ཅ་ན།
 འཇུ་མ་བག་བཞིན་དང་སྒྲན་པའི་གཏམ་གྱིས་བྲིད།
 དེ་ལས་ཁྲམ་པས་བསྐྱུ་བའི་བརྒྱུད་སྤྱོད་དེ།
 དོན་ལ་མཉམ་ཡང་བསྐྱུ་ལྷགས་ཡིད་ལ་འཕྲད།
 ད་ནི་དུས་ཀྱང་ཕྱི་བལྟས་མེད་པར་བྲོས།
 དམ་བཅའི་གཞི་ཡང་སྐྱམ་ཟད་མར་མེ་འདྲ།
 འདི་སྤང་ཉེན་ངན་སྐྱབ་བསྐྱུ་མི་འདོད་ཁྲུལ།
 རྒྱ་སྤང་གིང་ལོ་འཕྱོ་ལྟར་ཆ་མ་མཆིས།
 བདག་ནི་ཅིའི་ཕྱིར་འབྲོག་དགོན་འདི་ན་ལྷགས།
 དབང་མེད་སྐྱེས་གཡོག་ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་བྱེད།
 སྤྱིན་དུས་སྤང་ཆེན་སྤྱིན་པས་བཞིས་པ་དེས།
 དེང་འདིར་བེའུ་མཐོང་ཡང་སྤྱ་ཅ་འཁྲུམས།
 སྤྱིན་བསགས་དཀར་མིན་གནག་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས།
 གང་བཏབ་ཆེ་འདིར་དེ་དང་དེ་སྐྱེས་པས།
 མི་འདོད་བྱུག་དུ་དྲག་པོས་སྤྱང་གཙུག་ཀྱང་།
 དེ་ལ་བཙོས་པའི་སྤྱིན་པ་མཁས་ཅན་སྤྱ།
 མི་ཕོའི་བསམ་དོན་གངས་འདབ་རྒྱ་ནང་དུ།

ལྷུང་ལྟར་གར་སྤང་ཆ་མེད་གྱུར་པའི་ཆོ།
 ཁ་བ་དོག་པས་མནན་པའི་རྟིག་སྒྲ་བཅས།
 རི་སྤལ་བས་མཐའ་སྤལ་བའི་བརྟུལ་བཞུགས་འཆང་།

ཨ་མ་དྲན་སྒྲ

ཀྱན་བཟང་བྱུལ།

༡༡། །ས་སྤྱོད་ཀྱི་དྲས་སྒྲ། མི་རྣམས་ནམ་ཡང་རི་སྒྲང་འདི་ལ་ཡོང་
 རྣམ་སྒྲ་ལེན་པར་བྱེད། ཡིན་ནའང་བྱུལ་རབས་གང་དང་མི་རབས་གང་ལ་མི་
 སྒྲ་ཞིག་གིས་སྤོལ་འདི་བཏོད་པ་སྤུས་ཀྱང་གསལ་པོར་བཤད་མི་ཐུབ། ཉིན་
 ཉིག་པར་ཉི་མ་རྒྱབ་ཕྱོགས་སྒྲ་རྒྱན་དུ་མཐོང་ཞིང་། རམ་ཡང་བཞུ་བ་མེད་
 པའི་གངས་རི་དེའི་བྱུང་ལོགས་སྒྲ་ཡལ་བ་ཅམ་དང་། རྩོམ་ལུག་སྤྱིས་རར་
 བསྐྱེལ་མ་ཐག མི་རྣམས་ཀྱི་ཁོང་ཚོའི་བྱས་སྤྱོས་མ་ཡིན་པའི་སྒྲ་རྒྱང་གི་རྒྱབ་
 ཆ་བཟས་མ་ཐག་དུ་མི་རྣམས་གཉིས་རི་གསུམ་རི་བྱས་ནས་རི་སྒྲང་འདི་ལ་
 འཛུམས་པར་བྱེད། དྲས་ཡུན་རིང་པོ་སྤང་བ་ན། རི་སྒྲང་ལ་ཡོང་ནས་སྒྲ་
 ལེན་པ་ནི་དཔུང་པ་ནག་པོ་ཅན་གྱི་མི་འདི་རྣམས་ཀྱི་གོམས་སྤོལ་དང་།
 མཛད་སྒྲ། ཆོས་ལུགས། ཁོ་ཚོར་དང་འདྲན་དང་སྟོབས་ཀྱགས་ཐོབ་པའི་
 འཕྲུང་ཁྲངས་སྒྲ་གྱུར་ཡོད།

འདི་ལྟ་བུའི་རྒྱན་རིང་གི་ལོ་ལྔའི་ནང་དུ། སྒྲ་སྤྱིའི་ནང་ནས་ན་གཞོན་

ཕོ་མོའི་བར་ཆགས་ཞིན་ཅི་ཙམ་ཞིག་འབྲུངས་པ་ངོ་མས་ཤིས་དཀའ་ལ།
 དཔའ་སྒོ་དེ་ཅི་ཙམ་ཞིག་སྒྲི་སྒྲི་ནང་དུ་ས་འོག་དུ་སྒྲུལ་པ་ཡང་ཤིས་དཀའ།
 རེ་བ་དང་ཕྱགས་འདུན། བྱང་ན་དང་སྒྲི་སྒྲི་ཅི་ཙམ་ཞིག་སྒྲི་ལེན་པའི་ཕྱོད་དུ་
 མངོན་དུ་གྱུར་བ་དང་། སངས་པར་གྱུར་བ་དང་ཡལ་བར་གྱུར་བ་ལྷག་པར་
 ཡང་ཤིས་དཀའ།

ལྡང་བྱ་གསར་དུ་འབྱས་པའི་སྒྲི་བ་གསུམ་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། བྱ
 ཆེ་མེ་དོག་ས་གཞིར་ཁུབ་པའི་སྒྲི་བ་དུག་པ་ཡིན་ཡང་རུང་། ཡང་ན་སྒྲི་ག
 ཞགས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་གཤེགས་པའི་སྒྲི་བ་བརྒྱད་པ་དང་། ཁ་བས་ས་གཞི
 མཐའ་ལྷས་སྒྲི་བསྒྲུབས་པའི་སྒྲི་བ་དང་པོ་བཙས་དུས་བཞི་གང་ལའང་། འདྲི
 གའི་མི་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་སྒོག་གི་སྒྲི་མ་ཆད་པ་དང་། རེ་བ་མ་ཡལ་བར་གྱུར་
 ཡང་ཆད་པ་མེད། ཁོང་ཚོའི་སྒྲི་དབྱངས་ཀྱི་ནང་དུ་གདངས་ཐ་དད་དུ་སྒྲུང་
 སྒྲི། སྒྲུབས་འགར་དགའ་སྒྲོས་ཁངས་ཡོད་ལ། སྒྲུབས་འགར་བྱང་ན་གྱི་
 ཁངས་ཡོད། སྒྲུབས་འགར་ལྷག་བསམ་རྒྱ་ལྷར་འཁོལ་ལ། སྒྲུབས་འག
 ཁོང་སྒྲི་མེ་ལྷར་འབར། སྒྲི་འགའ་གས་དེ་རིང་སྒྲངས་ན་ཡང་། སང་ཉིན་
 རྣམས་ཀྱི་དུན་འདྲིན་ལས་ཡལ་བར་གྱུར། ཡིན་ནའང་ཁྱི་ཁྱི་འབྲུམ་འབྲུ
 གྱི་སྒྲི་འདི་དག་ལས། གཤམ་གྱི་སྒྲི་འདི་དེ་རིང་གི་བར་དུ་མི་རབས་ནས་
 རབས་བརྒྱད་དེ་ལྷས་ཡོད།

དྲི་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་སྒྲི་ཞིག་མེད། །ཁ་ཁ་ཁ་སྒྲི་དེ་ཡོད་གྱུར་ན།

ངས་སྒྲི་དེ་བཞུད་ནས་སྒྲི་གསུམ་སྒྲི་ཡིན། །ང་སྒྲི་བའི་སེམས་པ་སྒྲི་བ་ལ།

ལྷ་གོང་མ་དཔེ་འགོ་སྒྲངས་ཆར་ནས། ལྷ་བར་མ་བསྐྱར་ནས་འགོ་རྒྱ་ཡིན།
 ལྷ་གསུམ་པ་ཆང་མས་ཉན་རྟ་གནང་། ང་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་མ་ཞིག་མེད།
 ཨ་ཁ་ཁ་མ་ཞིག་ཡོད་ཀྱར་ན། ང་སྤྱན་ན་ལྷའི་ནང་ནས་འཁོར་རྒྱ་ཡིན།
 ང་ལྷ་བའི་སེམས་པ་སྒྲོ་བ་ལ།

དང་ཐོག་ཨ་མ་འདས་གོངས་ཀྱིས་མེད་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཨ་མ་དྲན་
 ལྷ་འདི་མིག་མཐར་མཆི་མ་འཁོར་བཞིན་དུ་ལེན་ན་ཡང་། དེ་རིང་རི་སྒང་ན་
 ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ཏེ། ཨ་མ་འདས་གོངས་སུ་གུར་པའི་གན་པོ་དང་གན་མོ།
 ཨ་མ་འཛོ་བཞུགས་ཡིན་པའི་གཞོན་ན། ཐ་ན་ཨ་མའི་དྲོན་མའི་རུམ་ན་
 ཡོད་པའི་བྱིས་པ་བཅས་ཆང་མས་མུ་ངན་དང་སྒྲོ་གདུང་གིས་ལྷ་འདི་ལེན་
 བཞིན་ཡོད། དེ་རིང་ལྷ་ལེན་པ་འཛོ་བའི་དམིགས་ལུལ་དུ་གུར་བའི་མི་འདི་
 རྣམས་དྲན་གདུང་དང་ཅི་ཞིག་གོར་སོང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བྱི་ནང་དུ་ཟུག་མོར་
 བྱིང་ཡོད་པས། ཁོང་ཚོའི་ལྷ་སྒྲུ་ལའང་ཡང་མུ་ངན་ཆད་མེད་པ་ཞིག་གིས་
 ཁོངས་ཡོད། ཡིན་ནའང་། མི་འགྲངས་པའི་མ་འོངས་པར། ཁོང་ཚོས་
 ཁོང་ཚོའི་མགྲིན་གདངས་དེ་མུ་ངན་ནས་ཞི་སྒྲུང་གི་ང་རོ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་
 རས་འཐབ་འཛིང་གི་སྒྲོ་བས་ཤུགས་སུ་བསྐྱར་བར་ངས་སོ།

གསན་ན་པར་མཛོད་དང་། སྐབས་དེར་རི་སྒང་སྤྱང་གི་རྩ་ཀྱང་རེ་
 དང་ལོ་འདབ་རེས་ཨ་མ་ལ་དགའ་སྒྲོ་དང་གུས་ཞིན་བྱིས་ཁོངས་པའི་བསྐྱོད་ལྷ་
 ལེན་པར་འགྱུར་རོ།

སྒྲུང་མཉམ་པ་

ཀྱན་བཟང་ཐུལ་གྱིས།

དུའུ་རྩི་རི་བོས་མགོ་བོ་དབྱེས་ནས་ཇོ་མོ་སྒྲང་མར་གཟིགས་ཏེ་ན་རེ།

བྱིད་ཀྱིས་མཁུན་གསལ་ལྟར།

ལྱིད་ལྟན་གྱི་གཞོན་གྲགས་འོག

ངས་ཞེ་སྒང་གི་མེ་ལྷེ་མཁའ་རུ་འཕྱར་ཅིང་།

ཉིན་དེའི་སྒང་ཚུལ་བྱིད་ཀྱིས་གཟིགས་ཡོད་ངེས་རེད།

ཐུ་མཚན་ནི།

བྱིད་ནི་འཇམ་སྒྲིང་རྒྱམ་པོའི་ཡང་ཅེར་གནས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ།

དེ་རིང་།

ཐུན་མཚམས་ཀྱི་དམར་སེར་སྒྲིན་འོག་དུ།

ངས་རི་ཚོགས་གཞན་དང་འདྲ་བར་ལྷན་ཆགས་ཀྱི་དཔལ་ལ་རྩོལ་

བཞིན་ཡོད།

གལ་ཏེ་སྐྱེ་བོ་ཞིག་གིས་ངའི་ཕྲག་པ་ནས་གཞོན་པར་ཅོམ་ཆེ།

ངས་ཞེ་སྒང་གི་མེ་ལྷེ་ཡང་སྐྱར་མཁའ་རུ་འཕྱར་ངེས་ཡིན།

ཇོ་མོ་སྒང་མས་ཆེག་འདྲིར་གསན་མ་ཐག

དངུལ་མདོག་གི་སྒྲིལ་ཁོས་ཁྱིམ་པའི་དཔལ་བ་ཡར་ལ་བཏེགས་ནས།

ཆུ་བོ་ལྷང་ལྷང་དུ་འབབ་པའི་གར་ཕྱོགས་སུ་གཟིགས་ཤིང་།

དལ་གྱིས་ཞེ་སྒང་གི་ཁྱ་ཚུར་དམ་དུ་བཅིངས།

ཉམས་རྒྱུ་གི་བྱས་སྒྲུ

ཤེས་རབ་དར་བྱས་ཀྱིས།

དགོང་དུས་རྒྱུ་རེག་རྒྱུ་གིས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱོད་དག་ནི་ཡོམ་ཡོམ་གཡོ།
 དུས་ཀྱིས་བཏབ་པའི་མེ་ཉྑལ་སྒྲུ་ལོ་ཀུན་བཟོད་ངོས་ལ་གདན་དུ་བཏིངས།
 བཟང་བྱ་དག་བཅུའི་གནམ་སྒྲོང་མཚན་མོ་མི་མཐོང་སྒྲག་གིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་།
 སྒྲགས་མེད་དུ་ཁས་བར་མེད་མནར་བའི་བྱེད་རྒྱུ་ཙུ་ཅེ་ཀ་གཅིག་པུར་གྱུ།
 གནག་པའི་མུན་པ་ཀུན་ནས་འཐོབས་པའི་ནང་སྒྲོང་ཁང་པའི་བྱར་གཅིག་ལ།
 གན་ཞོག་དྲི་མས་ཡོངས་སུ་དབེན་པའི་ལྷག་བསམ་དབྱར་གྱི་སྒྲོང་བུ་ཞིག
 སྒྲོ་གདུང་ག་ཤོག་བྱང་བར་མེད་གཡོ་བཞིན་འགྱོད་དང་རེ་བའི་བྱས་སྒྲུ་བཅས།
 མུན་པའི་ཁམས་ལ་མགོ་བོ་འཐོམས་ཏེ་འདྲི་བྱེད་གཏོལ་དང་བྲལ་བའི་ཆེ།
 སྒྲུ་ལ་མཁུགས་པའི་ལྷགས་ཀྱིས་བྱས་པའི་གཡོན་ཕྱོགས་དྲ་མའི་སྤྱི་ཀ་ནས།
 མིར་མིར་སྒྲི་བསེར་རྒྱུ་དང་བསྐྱེདས་པའི་མི་གསལ་གསུང་གཅིག་ཁོ་བོས་ཐོས།
 ཁོག་སྒྲོང་དགྱེ་ནས་ཅི་ཞེས་ཆིག་གིས་སྒྲུ་ཁང་ཕྱི་ལ་དྲིས་པའི་ཆེ།
 སྒྲུ་ཁང་ཕྱི་ནས་ལུ་ལུ་གསུང་ཞིག་སྒྲར་ཡང་སྒྲོང་གི་དཀྱིལ་དུ་བྱག
 ཅི་ཡིན་དོན་གྱི་གསལ་ཁ་མ་ཐོན་འཐོམས་པའི་ཁྱོགས་ལ་དཔུངས་པའི་ཆེ།
 སྒྲར་ཡང་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲུ་ཁང་སྤྱི་ནས་གཟུགས་མེད་མ་དེས་འདྲི་སྐད་གསུངས།
 སྒྲོང་གི་གྲོགས་ཁྱོད་སྒྲོང་ལ་མ་བྱེད་ཡངས་པའི་ཁམས་ལ་ལྷན་མོར་ལྷོས།
 ཤེ་བྱ་རེག་པའི་རྒྱ་མཚོའི་སྒྲོང་དུ་བཙོན་པའི་ཀོ་བུ་ཡང་ཡང་ཐོངས།
 ཐ་དད་འགྲོ་བའི་ཕྱི་ནང་ཆོས་ལ་རྩོམ་པའི་སྒྲོ་ཅེ་ཡང་ཡང་གཏོངས།

འདྲ་པའི་སྒྲིང་པོ་ཡིད་ལ་བཅངས་ནས་ཞི་དང་བདེ་བའི་ལམ་ཆེན་སྒྲིང་།
 རབ་དཀར་རྒྱལ་བསམ་གོམ་པའི་འདེགས་འཛེག་ཉིན་དང་མཚན་དུ་བསྐྱར་ལ་བཙོན།
 དུས་ཀྱིས་བདབ་པའི་མེ་ཏོག་སྒྲོལ་ཤེ་ཞིག་ས་ལ་འཐོར་ན་ཡང་།
 དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ་མོའི་འཇུག་ཞལ་མངོན་ནས་སྔོ་ལྡང་འབུས་པའི་དུས་ཤིག་འོངས།
 ཚང་ལ་གནས་པའི་ཅལ་མེད་བྱེད་ཆུང་ཕྱིང་བསྐྱར་བྱས་པའི་དུས་ཤིག་འོངས།
 རྩལ་མེད་འགྲེམ་པའི་ཐང་དཀར་གོད་པོ་བྲག་ལ་འབབ་པའི་དུས་ཤིག་འོངས།
 དེ་ཆེ་བྱིད་ཀྱང་སྒྲིད་པའི་ཉི་མ་ཕྱོགས་བཞིའི་མཚམས་སུ་གར་ནས་འོངས།
 ཞེས་གསུངས་འོངས་བཞི་ཆོག་གི་ཕྱིང་བ་ན་བའི་བྱ་གར་སོན་པ་ན།
 རྩལ་ཕྱོག་ལྡང་བའི་སྒྲིང་གི་འཕར་ཅ་རྒྱུང་གིས་བསྐྱལ་བའི་བྱ་མཚོ་བཞིན།
 སྒྲིད་དང་གདུང་བའི་སྐབས་ཀྱིས་བསྐྱལ་དེ་ཡ་རྒྱུང་ངོས་ལ་འཇགས་ཐམས་པུ།
 ཉམས་དགའི་འདབ་མ་རྒྱུང་གིས་གདོར་ནས་སྔོང་སྐམ་བཞིན་དུ་གུར་ན་ཡང་།
 ཡངས་པའི་ཁམས་འདིར་སྒྲིང་རྒྱུང་འཛིན་པའི་ཤེས་ལྡན་སུ་ཞིག་རྟེན་མ་གུར།
 ལས་ཀྱིས་བྱིན་པའི་མི་ཉག་བདེ་བ་འཇའ་ཚོན་བཞིན་དུ་སྐད་ཅིག་ལ།
 མི་མངོན་དབྱིངས་སུ་ཡལ་བའི་མཐའ་ལ་དུམའི་ལྷན་པ་ཀུན་ནས་འཐེབས།
 དུན་པའི་གཞུ་མོ་ནང་དུ་བཀྱག་སྒྲེ་འདས་ཟེན་བྱ་བར་གཞིགས་པ་ན།
 འདི་བྱས་འདི་དང་དེ་དང་དེ་ཞེས་བཞོད་པའི་གདེངས་ཤིག་ཡེ་མ་མཆིས།
 ཞ་ཏོ་མི་ཉག་སྒྲུ་མའི་ཁམས་འདིར་འདྲོད་དོན་ལག་ཅེར་མ་སོན་པར།
 སྒྲི་དང་སྐྱལ་པའི་ཆེ་འདིའི་འདུ་བྱིད་གཤིན་རྒྱུ་དེའི་དམག་གིས་འཕྲོག་གུར་ན།
 སྒྲི་ནས་སྒྲི་བའི་ཕྱིང་བ་རིང་མོར་སྒྲི་བའི་བག་ཆགས་རབ་སད་ནས།
 དགའ་དང་བདེ་བའི་འཚོ་བའི་སྐལ་ཞིག་རྟེན་པའི་སྐབས་ཤིག་གཤམ་མཆིས། །

དུག་དྲུ་པོད་ལྟ་མན་བས་པའི་སྒྲུབ་ས་ཆེན་སྒྲུབ་པོན་ ཞིག་གི་འདས་ཀྱིན།

ལྷ་མོ་སྒྲུབ་ས་ཀྱིས།

༡༣། །ཕྱ་པོས་གངས་སྒྲུབ་ས་གཤགས་ནས་བྱེས་སུ་བཅན་བྱོལ་དུ་ཕྱེ་བས།
།ཕྱ་པོས་གངས་ཁྲོད་བཟུང་ནས་གཞིས་ཁྱིམ་བསྐྱུང་ཕྱིར་བཞུགས། ལག་པ་
གཞན་ཞིག་གིས་བྱེས་པའི་ཞི་བའི་གྲོས་མཐུན་བཅུ་བདུན་བཟུང་བའི་ཡི་གེ་ཞིག་
ལ་ལག་པ་གཞན་ཞིག་གིས་བཅན་སྤྱོད་ཀྱིས་མཛུབ་རིས་པ་དུ་བཅུག་པའི་ཉིན་
དེ་ནས་བཟུང་སྐྱེ་མཆེད་བྱུང་གི་སྒྲོ་སེམས་གཏན་ནས་བདེ་སྤྱོད་མེད། སྐྱེ་
མཆེད་རྣམ་པ་གང་གཉིས་མ་གཞི་ནས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་སྒྲ་ཆེན་དམ་པའི་མཆེད་
གྲོགས་ཤིག་ཡིན་སྲིད་ཀྱང་། བཅན་འཇུལ་སྒྲ་སྒྲོའི་དྲག་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་བྱི་
ངན་པ་དགུ་ཆང་གི་འདྲེ་ལག་རིང་པོ་གངས་ཁྲོད་དུ་བསྐྱེད་ས་པའི་དུས་དེར་སྐྱེ་
མཆེད་དམ་པ་གཉིས་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བཞོ་སྐུལ་མི་འདྲ་བའི་ལམ་གཉིས་སུ་
གདུང་བྱེས་གནང་དགོས་བྱུང་།

ཀྱི་མ། གནམ་འོག་ན་རང་ཁྱིམ་གཞན་ལ་སྤྱད་ནས་ཉེས་མེད་རི་
གྲོས་བྱེད་དགོས་པའི་ཡུལ་གྱར་ག། བཅན་བྱོལ་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་དམ།
དེ་ནི་ཆང་མས་ཤེས་གསལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རི་མོ་རྩིང་པ་ཞིག་སྤྱི་སྒྲུབ་ཡང་ངའི་
སྐྱུག་ཅི་ནས་རི་མོ་གསར་པ་བཞེངས་དགོས་དོན་མེད། གསོན་པ་སྒྲུབ་ས་ཆེ་
ཞིང་། འདས་པ་གཟི་བརྒྱུད་དང་ལྷན་པའི་ཡོད་རབ་མངས་ཤིང་། ཡི་རང་

འོས་པའི་ཁ་སང་གི་སྒྲ་དཔོན་དམ་པ་གང་གི་སྐྱ་ཆེའི་མཛད་འབྲེའི་མཇུག་
 བསྐྱུས་འདི་ངའི་སེམས་ནས་ཇི་སྟེན་བཞེད་སྟེན་དམ། གངས་ཅིའི་ངོས་སུ་
 ཁོང་གི་སྐྱ་བརྟན་སྒྲར་ཡང་ཡང་ཡང་འཆར་བའི་ཕྱིར། ངས་ཅི་མོ་འདིའི་སྐྱ་
 གྲིག་ཙམ་ཕབ་ན་སྟུམ།

རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་ལས་སྐུལ་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བོས་ཡིག་འབྲུ་ཁྲི་ཁ་གས་
 ཀྱི་ཙོམ་ཡིག་གཅིག་ཏུ་ནག་གཞུང་ལ་བསྐྱེདས་པའི་དུས་དེ་ནས་ཁོང་གིས་
 གཟུགས་མེད་ཀྱི་ཞུ་མོ་ལྷིད་ཅིང་ནག་པ་ཞིག་ཏྲ་ཏུ་མནབས་དགོས་སོང་། ཡིན་
 ནའང་འཛིགས་སུ་རུང་བའི་སྒྲག་ནག་གི་ལོ་ཟླ་རིང་པོའི་ཁོད་དུ་ཁོང་གིས་བོད་
 ལཱའི་སྐྱ་རགས་སྟོད་བཀྲོལ་བཏང་ཕྱིང་ཡོད་པ་མ་ཟེད། དེ་མཆུངས་ཁོང་གིས་
 ཐབས་མཁས་ཐུགས་རྗེས་སྤྱལ་བསྐྱར་སྒྲ་ཆོགས་གྲིག་ཀྱང་བྱེད་དགོས་བྱུང་།

བཙན་བྱུལ་གཞུང་འདིས་ཕུ་བོ་གཡོ་ཐབས་དགུ་འཕུལ་གྱིས་བསྐྱུ་མ་
 ནུམ། ངན་ཇུས་སྒྲ་དགས་འཛིན་མ་ནུམ། ད་ནི་བྱ་བོ་གཙུན་ཞིང་བསྐྱུ་བའི་
 གཡོ་ཐབས་སྤྱད་དགོས་བྱུང་། ཁ་གདང་ན་ཁོག་པ་མཐོང་བའི་སྐྱ་མཆེད་འདི་
 གཉིས་སུ་ཞིག་གིས་བསྐྱུ་ཐུབ་བམ། ཡིན་ནའང་དགོས་དབང་གང་ཞིག་གི་ཆེད་
 ནུ་བོ་འདི་ཏུ་དཔོན་དང་འབྲེགས་ནས་ཏུ་བྱོང་དུ་སྟོད་དགོས་བྱུང་། དེ་
 མཆུངས་ཁོང་ནི་རེམ་གྱིས་སྒྲ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་བ་ཟེད།

ཁ་སང་སྒྲ་དཔོན་གང་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་མེད་གྲིབ་ནག་གི་ཞུ་མོ་དེ་སྐྱེདས་
 ནས་དཀར་དག་གི་ཞུ་མོ་དཀར་པོ་ཞིག་བསྐྱོན་པ་འདི་དོན་དངོས་ཀྱི་འཕྲོ་འབྱར་
 ཞིག་ཡིན་ནམ། རྟོག་གྱུར་གྱི་གཡོ་འཕུལ་གཞན་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་སུས་
 ཏོགས་སམ།

དེ་རིང་སློ་བུར་བའི་བཀའ་ལྟ་དམ་པོའི་ཐབ་ཆེན་ཞིག་ཁོང་གི་དབུ་ལ་
 བསྒྲིལ་བུང་། སྐྱེ་ཉིད་ཀྱིས་མཁུན་གསལ་ལྟར་དེང་སྐབས་ཉིད་ཀྱི་ཕ་ཡུལ་ན་
 འབྲུག་ཟིང་ཆེ་བས་གིག་བུང་བཞིན་པ་འདི། ཏཱ་ལའི་ལོག་སྤྱོད་ཕྱགས་ཁག་
 བེས་མེས་སྐུལ་ཁ་བུལ་གཏོང་བའི་དགྲ་གས་གིང་ཞིག་ཡིན་པས། སྐྱེ་ཉིད་ཕ་
 ཡུལ་མི་དམངས་ཀྱི་ལྷིང་འཇགས་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་དངོས་སུ་ཐེབས་པར་ཏང་
 ཀྱང་དབྱང་གིས་ཐག་གཅོད་བྱས་ཟིན། ཏཱ་ལའི་ནི་རང་གི་མི་རིགས་བསྐྱར་
 ནས་རི་བོས་སྐྱག་མཁན་གྱི་ཕ་ངན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། བྱིད་ནི་རང་གི་མེས་
 སྐུལ་དང་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འབྲུལ་མེད་བྱམས་སྦྱོང་གནང་མཁན་གྱི་མ་ལྟ་བུ་
 ཡིན་པ་དང་། ལྷག་པར་ཀྱང་གོ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱུན་ལས་ཁྱུ་ཡོན་ཀྱང་
 གཞོན་པ་དང་། ནང་བསྟན་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་ཞིག་ཡིན་པས།
 བྱིད་ཀྱི་གསུང་གི་ཆར་རྒྱ་ལེགས་པོ་རྩལ་ན་ངེས་པར་མི་ལྷེ་འདི་གཞིམ་རྩས་
 པར་ཏང་དང་སྐུལ་ཁབ་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་དང་རེ་བ་བརྟན་པོ་བཅངས་ཡོད། ད་
 རེས་ཀྱི་ལས་སྐུལ་འདི་ནི་སྐྱེ་ཉིད་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཉམས་སད་ལེན་པའི་གལ་
 འགངས་ཆེ་བོས་གིག་ཀྱང་ཡིན། ཉིད་ཀྱི་བཞུགས་ཁྲི་སྤར་ལས་མཐོ་ཞིང་
 བརྩིད་པ་ཞིག་བྱིད་རྒྱ་དང་། དམའ་ཞིང་གྲུམ་པ་ཞིག་བཟོ་རྒྱ་དེ་བྱིད་ཀྱི་ཕྱག་དུ་
 སྤྱད་པ་ཡིན། སྐྱེ་ཉིད་ཀྱིས་མཁུན་རྒྱ་ཡངས་པོར་གནང་རོགས།

བཀའ་མངགས་བཅན་པོ་འདི་སླ་དཔོན་གང་གི་ཐུགས་ལ་མདའ་བཞིན་
 དུ་བྱུག་ལགས་སོ། ཏང་དང་སྐུལ་ཁབ་ཀྱི་རེ་སྐྱབ་ཁྱོས་སྤོད་དང་། བཀའ་
 མངགས་འདི་གཙང་ཞིང་ཡིད་ཆེ་མ་པ་ཞིག་ངས་ངེས་པར་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡིན།
 ངས་མཁུན་རྒྱ་ཡངས་པོ་མཛད་ངེས་ཡིན། བྱིད་ཚོ་སེམས་བདེ་བར་བཞུགས་

གནང་། སླ་དཔོན་གང་གིས་གཟུང་ན་ཆེ་ཞིང་དབུགས་ཤུགས་ཤོད་པོས་
གསུང་དམ་བཅས་སོ།།

ད་ནི་གང་ཉིད་མཛད་འཕྲིན་གྱི་མཇུག་ཅི་ལྟར་བསྐྱུ་བར་ངེས་བར་ཐག་
གཅོད་གནང་དགོས་པའི་རྩ་བ་གི་དུས་སྐབས་གིས་སྤྲོད་པ་མིན་ནམ།
ནང་ན་ཁོང་གི་ཞབས་རྩལ་ཐ་མ་དེ་སྤྲོད་པའི་ལམ་འཇུག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ལ།
ཕྱི་ན་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱེས་ཆས་ཙམ་གྱ་སྤྲོད་བྱེད་ཀྱིན་འདུག ཕྱི་ནང་གི་
མངོན་དང་གསང་བའི་གྲ་སྤྲོད་ཡོངས་སུ་གྲུབ་ནས་ཁོང་ཉིད་འཕྱར་སྤྲོད་ཀྱི་
གནམ་གྲུར་ཐེབས་བཞུགས་མཛད་སྟངས་། དེ་རིང་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་སྤྲོད་པ་
དག་ཀྱང་རྩལ་དུ་རྒྱ་ཞིང་འདབ་ཆགས་ཀྱི་ཁྱུ་ཁ་གས་ཀྱང་རྩལ་དུ་འཕྱར་ཁྲིང་ཅིན།
སྤྲོད་ཆོམ་ཀྱི་སྤྲོད་ན་གནམ་གྲུ་གང་གིས་གར་སྤྲོད་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། ལོ་བདུན་གྱི་
སྤྲོད་ལའང་ཁོང་དེ་ལྟར་ཐེབས་སྟངས་། དེ་དུས་ཁོང་ནི་། ཁོང་གི་འདོད་མོས་
ལྟར་རང་གི་ཕ་ཡུལ་ལ་གཟིགས་མོར་སྤྲོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་རིང་ཁོང་ཉིད་ཁོང་
གི་སྤྲོད་མཆོད་དམ་པ་དང་རང་གི་མི་དམངས་ཀྱི་གདོང་ལེན་དུ་ཐེབས་པ་མིན་
ནམ།།

ཨ་ཙོ། ཐུབས་མཁས་ཤུགས་ཇི་དང་ལྷན་པའི་དམ་པ་དེ་དག་རང་ག་
བཞིག་ཡིན་སྲིད་ཀྱི་མ་རེད། མིན་པའི་སྤྲོད་ལམ་རྒྱལ།

ཤ་ལ་རེག་ན་དུས་གཟེར་རྒྱལ་པའི་བོད་ཆེ་བཅུ་གཉིས་པའི་གྲང་ལྷགས་
གདོང་བསུས་བྱས་ནས་བཞིན་འཇུག་མདངས་འཕྲོ་བའི་སླ་དཔོན་འདི་ས་
འདིའི་མི་ཞིག་མིན་པ་ཅི་ལ་སྲིད། ཁོང་གི་འཁོར་ནི་བ་སྤྲོད་གཟེངས་གིང་རྒྱང་
འཁོབས་ལག་འཁོབས་སུ་གྲུར་བའི་ལྷགས་སྤྲང་གི་རྒྱ་བ་རེ་རེར་གདོང་སྤྲོད་མི་

ནུས་བའི་མི་འདི་ཚོ་ས་ཆ་གང་ཞིག་གི་ཡིན་ནམ། ཉམ་སེམས་གང་ཞིག་
གཉིས་ཏུ་ཡོང་བ་ཡིན་ནམ། མི་འདི་ཚོ་ལ་སྤྱིང་རྗེ་ཅི་ལྟར་གནང་འོས་སམ།

སྤྱིང་བྱིར་ལྷ་སའི་རྒྱ་ལམ་གྱི་འབྲམ་གཉིས་ན་དར་སྐྱད་དཀར་པོས་
སྤྱིལ་བའི་མི་རྟོག་གི་སྤྱིང་བ་ཞིག་གཡོ་བ་འདི་ཁ་བཏགས་དཀར་པོས་རྟེན་
འབྲེལ་ཞུ་བའི་བོད་མི་མང་གི་དགའ་བསུའི་སྐབས་སྤྱིང་རེད། ལྷོས་དང་།
མི་རྟོག་སྤྱིང་བ་རེད་པོའི་སྤྱི་ནས་འད་ཡུག་ཡུག་གི་སྤངས་འཁོར་རྒྱུང་བྱུ་ཞིག་
དལ་གྱིས་ཐེབས་བྱུང་། གཟིགས་དང་སྤངས་འཁོར་སྤྱིང་ན། དམར་སྤྱུག་
འདྲ་གྱིས་སྤྱིག་པའི་གོས་ཆེན་འཁོར་ལོ་མའི་བོད་ལུ་རེད་པོ་ཞིག་མནབས་པའི་
སྤྱི་སྤྱོད་སྤྱིགས་ཤིང་བརྗོད་ལ་ཞལ་རས་སྤྱིམ་ཞིང་རྒྱས་བ་དམར་མདངས་
ཆགས་པའི་ངོས་ན། ཡངས་ཤིང་གསལ་བའི་སྤྱིན་ཟུང་ལས་བྱམས་བཙུའི་
འདྲ་མདངས་འཕྲོ་བའི་སྤྱི་དཔོན་བརྗོད་པོ་ཞིག་བཞེངས་སྤྱོད་སྤྱི་འཇུག་བརྒྱ་
ལྷག་པར་བྱོལ་བའི་ཕྱག་ཟུར་དར་ལྗེ་སྤྱིད་པ་བཞིན་གཡོ་བ་པ་འདི་ནི། ངའི་མི་
དམངས་ལགས། ད་རེས་ངའི་ཡོད་ཆད་བྱིང་ཚོ་ལ་སྤྱིན་ཏུ་ཐེབས་པ་ཡིན།
ཞེས་གནང་སྤྱིན་ཆེན་པོས་ཕྱག་གཡོ་བ་བྱེད་པ་འདྲ། ཁ་དར་གྱི་མི་རྟོག་འཕྲོར་
བའི་སྤངས་འཁོར་རྒྱུང་རྒྱུང་སྤྱིད་ཅིག་ལ་པར་དཀར་པོའི་རྒྱ་པོ་ཞིག་ཏུ་བྱུར་
བའི་དབུས་ན་སྤྱི་དཔོན་གང་ཉིད་ཟེའུ་འབྲུ་དགོད་པ་བཞིན་མཇུག་མེད།
ལྷམ་མེད་.....།

སྤྱི་སྤྱིད་ལྷན་པའི་དགའ་བསུ་འདྲིའི་མཇུག་ནས་སྤྱི་ཁྲོས་གཟིར་བའི་
སྤྱིད་ལུ་དཀར་པོ་ཅན་དང་ལུ་བ་ལྡང་སེར་ཅན་གྱི་བྲག་ཆས་དམག་དཔུང་འདིས་
མི་ཚོགས་ཁྲོད་ན་འགོག་རྩོད་བཞིན་རྗེས་རྗེས་འཛིགས་འཛིགས་གྱིས་འབྱིངས་

འཁོར་རྒྱལ་པ་འདི་མཐོང་ན་སྤྱི་ཞིག་གི་སེམས་བདེ་བར་འཁོད་སྤྲོད་དམ།

ད་ནི་སྤྱི་དཔོན་གང་ཉིད་ཀྱི་ཇོ་པོ་ཤུག་མུ་ནེའི་སྤྱི་མདུན་ན་མཇལ་ཕྱག་
དང་མཇལ་དར་འབུལ་གྱིན་འདུག ཁོང་གི་དབྱུང་ཇོ་པོའི་ཞབས་ལ་གདུགས་
ནས་རེ་ཞིག་ལུས། སལ་ཆེར་གསང་བའི་རེ་བ་ཞིག་ཞུ་གི་ཡོད་པ་འདྲ་ལ།
ཡང་ན་གསང་བའི་གྲོས་མོལ་ཐུང་ཐུང་ཞིག་གནང་སོང་ཟེར་ནའང་འགྲིག ཁོང་
གིས་གཙུག་ལག་ཁང་རེ་རེར་ཞིབ་དུ་མཇལ། ལྷ་སྤྱི་རེར་གསང་མོལ་རེ་རེ་
གནང་།

ཡང་ཁོང་གི་པོ་བྱང་ཆེན་པོ་པོ་ཏ་ལའི་ཡང་ཐོག་ནས་ཕྱག་མཐོལ་སྤངས་
འདྲའི་གནའ་བོའི་གོང་ཁྱེར་ལྷ་ས་ལ་ཆད་མེད་པའི་བྱམས་བཅེའི་སྤྱན་རས་
གཡོ་བཞིན་ཡོད། བོད་སོག་རྒྱལ་སོགས་མི་རིགས་མི་འདྲ་བའི་མི་ཆོགས་
ཆེན་པོ་འདི་དག ཁོང་གི་སྤྱན་ལམ་ནས་སོ་སོར་གར་ཅིང་སོ་སོར་བྱེས།
རིམ་བྱིས་ས་ཆ་འདི་ཡོངས་སྤྱི་ བོད་ལྷ་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་བསྐྱབས་པའི་ཡུལ་
ལྗོངས་ཞིག་དུ་བྱུང་།

དེ་རིང་ཡང་ཁོང་ཙོར་བྱ་སྤྱིང་གར་སྤྱན་གཟིགས་སྤྱི་ཕེབས་སོང་། པོ་
བྱང་གསར་པ་རྟག་བརྟན་མི་འགྱུར་པོ་བྱང་གི་སྤྱི་དུང་ནས་ཁོང་གིས་གོམ་
མཆམས་བཞག་ནས་སྤྱན་བྱུང་ལྷོ་རྒྱལ་དུ་ཕྱོགས་ཏེ་ཡུད་ཙམ་ལུས། ལོ་བདུན་
ཀྱི་ཕྱིན་ལ་ཁོང་གིས་པོ་བྱང་འདིར་ཐོག་མར་མཇལ་སྐབས་ཀྱང་སྤྱི་འཁོར་ནམས་
ལ་ཐུགས་སྤྱོད་ཤས་ཀྱིས་གསུངས་དོན། དུ་ལའི་སྤྱི་མ་དང་ང་གཉིས་ནི་སངས་
རྒྱལ་བསྐྱན་པའི་རྗེས་སྤྱི་རྒྱལ་པ་ཡིན་ལ། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དགེ་ལྡན་པའི་རང་
ལུགས་གསར་གཏོད་མཛད་མཁན་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་བརྒྱད་འཛིན་

མཁན་མཆེད་གྲོགས་དམ་པ་ཡང་ཡིན། ད་དུང་སློ་བུར་གསུང་མཚམས་
 བཅད་ནས། ཨོཾ། མེས་ཀྱིས་དང་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་པོར་བཞུགས་པའི་དྲུ་ལའི་
 སྤྱི་མཁའ་དཔག་དཔྱད་ཀྱི་འདུག་ཞེས་གསུངས་ཅིང་ཞིང་། སྐབས་དེར་སློ་འཁོར་ཁ་
 བས་ཀྱི་མིག་ནས་ཀྱང་མཆེ་མ་འཇུག་ཅིང་།

ཁོང་གི་དྲུ་ལའི་སྤྱི་མཁའ་གསེར་ཁྲིར་མཇུག་དར་ཕུལ་ཞིང་ཡང་སྐྱེར་
 བསང་བའི་གྲོས་མོལ་གནང་། སྐབས་དེ་དུས་ ལོ་བདུན་གྱི་སྤྱི་ཁྲི་ཁྲི་ཁྲི་ཁྲི་ཁྲི་
 ལའི་སྤྱི་མཁའ་གཟིམ་ཁྲིའི་རིང་ཕུང་ཁེབས་པའི་ཁ་དར་ཅིག་བསྐྱར་ཅིང་ལ་གསང་
 བའི་རེ་བ་ཡང་ཉུས་ཅིང་། འདི་དག་ནི་དྲུ་ལའི་རང་གི་གསེར་ཁྲིར་ཞབས་
 བཞུགས་གནང་རྒྱ་དང་། ལྷག་པར་ཐུགས་སྐྱོད་པོས་གཟིམས་ཁྲིར་
 གཟིམས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་གང་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ལ། སྐྱང་ཚུལ་འདི་ཁོང་
 གིས་མཁྱེན་བཞིན་པའང་ཡིན་སྟེ།

ད་ནི་ཁོང་ཉིད་ཁོང་གི་བཞུགས་གནས་རྟེན་པ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གཟི་མདངས་
 འཕྲོ་བའི་བགྲིས་ལྷན་པོར་ཞབས་སེན་བཀོད་ཟིན། ཐེངས་འདིར་ཁོང་གི་
 མཐའ་འཁོར་ན་སྤྱི་མཆེད་དམ་པ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཀྱང་བཞུགས་ཡོད། ཡབ་ཡུམ་
 གཉིན་འཁོར་དུ་མ་ཞིག་ཀྱང་འཛོམས་ཡོད། ད་དུང་ས་གནས་ཁག་གི་ཆེད་
 བསྐྱེད་སློ་མགྲོན་མངོ་པོ་ཞིག་གིས་བསྐྱོར་ཡོད།

ཁོང་གིས་སློ་མགྲོན་ཆོགས་པ་དང་གསུང་སླེང་གནང་འགོ་ཚུགས་སོང་།
 ཁོང་གིས་ཁོང་གི་མཇུག་རྒྱུས་མདོ་ཙམ་ཞིག་ངོ་སྤྱོད་བྱས་ཆར་སོང་། དཔལ་
 འབྱོར་གྱི་ཕྱིས་ཐོ་ཞིབ་སྤྱི་ཙམ་ཡང་བརྒྱབ་ཆར་སོང་། མི་རིགས་ས་གནས་
 རང་སྤྱིང་སྤྱིར་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བརྒྱབ་ཟིན། ཁོང་གིས་ཡང་སྐྱེར་

བཞད་མོ་དང་བཅས་གསུང་དོན། མི་ཁ་གས་ཀྱི་ང་ལ་ཚོང་པ་རྒྱགས་པ་ཞེས་
 སྤྲེགས་དམོད་བྱེད་ཀྱིན་འདུག དེ་འདྲ་འདུག ང་ཚོང་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན།
 ཡིན་ནའང་ངས་གངས་རྒྱན་ཚོང་ཁང་ཟེར་བ་མང་པོ་ཞིག་ཕྱོགས་སོ་སོ་ན་
 བཅུགས་ཡོད་པ་འདི་གངས་ལྗོངས་མི་དམངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན། དེ་བས་ངས་
 དེ་རིང་མ་དངུལ་དང་བཅས་པ་བོད་མི་དམངས་ལ་སྤྲོད་ཀྱི་ཡིན་ལ་ཕྱིན་ཆད་
 འདིའི་བདག་པོ་ཡང་ཁྱེད་ཚོས་རྒྱག་དགོས། ཞེས་གསུངས་སོ།།

བཞུགས་མོལ་གསུང་སླེང་འདིར་བཞུགས་མཁན་ཆང་མ་རང་མི་ག་
 ལྷག་རེད། སློང་མོལ། སྤང་ཅི་བཞིན་མངར་བའི་སློང་མོལ། བདུད་བཅི་
 བཞིན་ཞེས་པའི་སློང་མོལ། མི་སེམས་གཡོ་བའི་མཐའ་མཇུག་གི་སློང་མོལ།
 སྤ་དཔོན་དམ་པ་མཆོག་གིས་གཟུག་ན་ཆེ་བའི་སྤྱན་ལྷུང་གིས་སྤྱ་མགོན་རྣམས་
 ཡོངས་སུ་ཁྲིམས་པའི་ངང་གསུངས་པ།།

ང་ཚོས་མི་རིགས་ཡོངས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་ལ་ཞབས་ཀྱི་བཟང་པོ་བསྐྱབ་དགོས།
 ཏུ་ལའི་སྤ་མ་མཆོག་གི་ཕྱགས་འདུན་འགྲུབ་པར་སྤོན་ལམ་དང་རམ་འདེགས་
 གང་རྒྱས་འདོན་དགོས། གསུངས་མཆམས་ཅུང་བཞག་ནས་ཆང་མ་ལ་སྤྱན་
 ཏུར་རེ་རེ་ཞིག་གཟིགས་ནས་ཕྱགས་ཅུང་ཟད་ཁྱོད་ཉམས་དང་བཅས། ད་རེས་
 ང་ལ་ལས་ཁུར་ལྡིང་མོ་ཞིག་སྤྲད་ཡོད། འགན་དེ་གཙང་ཞིང་ཡིད་ཆེས་པ་ཞིག་
 བསྐྱབ་པར་ངས་ཁས་ལེན་བྱས་ཡོད། ངས་སྐྱབ་ངེས་ཡིན།།

ཟུང་ཅིང་གསལ་ལ་དྲག་པའི་གསུང་སྐད་འདིས་ཁོར་ཡུག་ཆང་མ་སྐད་
 ཅིག་ལ་རེ་མོའི་ཐང་ག་ཞིག་ཏུ་བསྐྱུར། ཕྱི་ལོག་ན་གང་སྤང་འུར་འུར་། ཁ་
 བ་འཚུབ་འཚུབ། ཁོང་གི་ཕྱགས་ན་ཆ་སྐབས་འཕུར་འཕུར། སྤྱ་སྤྱིང་ན་

གཟི་མདངས་འཁྱུག་འཁྱུག སྐྱེ་མགོན་ཆོ་ཕྱོགས་ཕྱོགས་སུ་ཐེབས་བསྐྱེལ་བྱེད་
 གྱིན་ཡོད་ལ། ཡབ་ཡུམ་གཉིན་ཉེ་ཆོས་ཁོང་དང་ལྷན་དྲུ་ཉིན་གས་རིང་སྒོད་
 ཟུང་རེ་བ་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཁོང་གི་ཐབས་མཁས་པས་ཐམས་ཅད་
 རིང་ནས་རིང་བར་དེད།

སུན་པའི་ཡོལ་ནག་ཡོངས་སུ་འཐིན། ནམ་མཁའ་རྩབ་ཅིང་ཁ་བ་
 འཛུགས། འུར་འུར་ཟིང་ཟིང་གི་འཛིག་དྲིན། ནམ་མཁའ་ལ་བརྟེན་དགོས་
 སམ།

ཁོང་གཉིས་ཁོང་གི་གཟིམ་ཆུང་དྲུ་སྟེ་ཆུང་གསུང་ཆུང་བཞུགས་ཡོད།
 མཇེད་པ་གང་ཞིག་གནང་གིན་ཡོད་དམ། ཏུ་མའི་ཁ་ཡི་ཁང་ཆུང་བྱེའུ་ཆུང་བྱ་
 ཞིག་གིས་སྒྲ་དཔོན་ཁོང་ཉིད་གྲོལ་མེད་ཏིང་འཛིན་གྱི་སྒྲོམ་དྲུ་གཟིམ་བཞིན་པ་
 མཐོང་བྱུང་། འདབ་ཆགས་ཐ་མ་འདི་ཡང་བྱ་ཕལ་པ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན། སྐད་
 ཅོར་རྒྱག་ཅིང་གཤོག་དེབ་བྱེད། སར་འཕུར་དང་ཆུར་འཕུར། ཁ་བའི་
 འདབ་མ་ཡང་སར་འཕུར་དང་ཆུར་འཕུར།

གངས་རི་ནི་ཐོག་མ་ནས་དཀར་ནའང་རི་ལུང་ནི་དེ་རིང་དཀར་ཞིང་
 གསལ། ཁ་དར་དཀར་པོའི་མེ་ཏོག་མ་གཞི་ནས་དཀར་ཞིང་། གཞོན་པའི་
 ནང་གི་ལྷག་བསམ་དེ་རིང་ལྷག་པར་དཀར། མ་གཞི་མྱ་ངན་ནི་དཀར་པོ་ཞིག་
 །སྟོད་པའི་ཆེས་རི་བྱང་ལ། །སྐྱེ་གཞིས་ཁག་གསུམ།

ཁྱེད་དང་མ་ཆེས་རི་ཡིན་དུས་ན། །ཡུལ་ཨ་མ་དོའི་སྐྱེ་འབུམ་ལྷོན་ཅོར་གས།

དྲུང་དཀར་པོའི་གཞུ་མོ་བཀྱག་པ་འདྲ། །ལག་ཕྱག་མདའ་ཐོགས་པའི་དཔའ་བོ་བརྒྱ།

མདའ་སྟོང་ལ་སྐྱར་བའི་སྟོབས་པ་ཞུམ།

ཁྱིད་བར་དུ་ཆེས་ཆེ་ཡིན་དུས་ན། །གནས་པོ་ཏ་ལ་ཡི་ཅི་ནས་ཤིས།

དངུལ་དཀར་པོའི་དངུལ་སྒྲོར་ཕྱེད་གཅིག་འདྲ། །ཚོང་རྩུ་འཕུལ་ངོམ་པའི་ཟོག་པོ་སྒྲོང་།

གཡོ་ཐབས་མཁས་འགྲན་པའི་སྒྲོ་སྒྲོག་འཁུམས།

༥ྱིད་དེང་སང་དཀྱིལ་འཁོར་ཆེ་བའི་དུས། །ཞིང་འཕགས་ཡུལ་ཨ་ཕྱོན་དབྱིངས་ནས་ཤིས།

འོད་སྒྲོང་ལྗན་སྒྲོ་བའི་ཉི་མ་འདྲ། །སྒོ་མཐུ་དབང་ཅན་གྱི་མཁས་དབང་གི།

ཞབས་གཙུག་དུ་མི་འཁུར་རང་དབང་བུལ།

ངའི་ལག་གི་ཁ་དར་རིང་མོ་འདི། །ཁ་དར་སྒྲུ་གསུང་ཐུགས་གསུམ་མ།

མཁའ་ལ་ཕར་ན་སྤྱིན་དཀར་རྒྱ་བ་འདྲ། །ངས་སྤྱིན་དཀར་རྒྱ་འདྲའི་ཁ་དར་འདི།

༥དབྱང་ཉི་མ་འདྲ་བའི་རྒྱལ་བར་འཐེན། །སྒྲོ་ཉི་མ་བཞིན་དུ་བཞུགས་པར་སྒྲོན།

༥ངའི་ལག་གི་ཁ་བཏགས་རིང་མོ་འདི། །སར་འཐེན་ན་གངས་རི་སྒྲོད་པ་འདྲ།

ངས་གངས་རི་སྒྲོད་འདྲའི་ཁ་བཏགས་འདི། །སང་དཀར་མོ་འདྲ་བའི་རྒྱལ་བར་འཐེན།

གསུང་སྒྲན་མོས་རྒྱལ་ཁམས་དབང་བསྟུ་ཤོག །

ངའི་ལག་གི་ལྷ་དར་རིང་མོ་འདི། །ལྷ་ར་འཐེན་ན་ལྷ་གོས་ན་བཟའ་འདྲ།

ངས་ལྷ་གོས་འདྲ་བའི་ལྷ་དར་འདི། །ལྷ་འཕགས་མཆོག་དངོས་འདྲའི་རྒྱལ་བར་འཐེན།

ཐུགས་བུམས་བརྩིས་འགྲོ་ལ་མགོན་སྐྱབས་མཛོད། །

པ་ཡུལ་དྭན་ཐུ

མགོན་པོ་ཆེ་རིང་གིས།

བདུད་ཅི་ཁམ་རེ་ཁམ་རེ། བཅན་གྱིས་མར་ལ་མིད་ཀྱང་།
 རྒྱ་མའི་ཁྲག་པར་མ་འབྱུང་། མིག་ནས་ཕྱི་རུ་བཞུར་ཡོང་།
 མི་ཡུལ་ས་མཐའི་བདུད་ཅི། ཇི་འདྲའི་སྐྱུར་ཁ་ཆེ་བ།
 རང་གི་གཅིས་པའི་ཕ་ས་ལ། ད་ལྟ་ལོག་ན་བམས་བྱང་།
 ཡ་གྲི་དགྲུང་ཐོན་དཀྱིངས་ནས། མར་མར་འབབ་པའི་ཁ་བ།
 ས་གཞི་ཕང་བར་མ་བབས། བདག་གི་སྤྱིང་ཁར་སིམ་སོང་།
 དཀར་བ་གངས་ཀྱི་འདབ་མ། ཇི་འདྲའི་སྤྱིང་ལ་བསིལ་པ།
 ཁ་བ་ཅན་གྱི་ལྗོངས་ལ། ད་ལྟ་ལོག་ན་བམས་བྱང་།

གངས་རིའི་མིལ་ཆུ་བསྐྱབས་ཇིས།

མགོན་པོ་ཆེ་རིང་གིས།

ཀྱེ་ཀྱེ་ངག་གི་འདབ་ཡངས་མ། ང་ཀྱི་བྱིད་ལ་ཆོག་པ་ཟ།
 བྱིད་ཀྱེ་ངག་ཆོག་རྒྱང་རེས་ཀྱང་། བདག་ལ་མ་ཁ་རེ་རེ་བཅོས།
 ཁ་དོན་དག་སྤྱོད་མི་བཅོན་པར། སྤྱན་ཆོག་གིས་ཞེས་སུ་ཡིས་བསྐྱུལ།

གྲེ་གྲེ་ངག་གི་དབང་འབྱོར་མ། ང་ནི་བྲིད་ལ་ཆོག་པ་ཟ།
 བྲིད་གྲིས་དུར་སྒྲིག་གོས་བསྐྱབས་ཀྱང་། སྒྲིས་བྲུའི་སྤྲིང་ལ་གོ་ལ་འདི་ཅི།
 བྲིད་གྲི་མ་བྲིན་ལེགས་སྤངས་ཀྱང་། གཞན་སྒྲོག་བརྟུ་འདི་ཅི་ཞིག་ལགས།
 གྲེ་གྲེ་ངག་སྒྲོ་ཡངས་མ། ང་ནི་བྲིད་ལ་ཆོག་པ་ཟ།
 བྲིད་གྲི་ལྷགས་ཀྱ་རྩོན་པོ་ཡིས། བདག་གི་ཉ་མོ་བཟུང་བྱུར་བས།
 རང་དབང་ཅུང་ཟད་ཡོད་མ་ཡིན། བྲིད་ལ་སྤྱག་པའི་རྣམ་སྒྲིན་ལྟོ།

སྒྲིན་ཆོག་ཁག་གཉིས།

དཔལ་ལྷན་གྱུ་གྲིས།

གཅིག

འབོད་སྒྲི

བདག་གི་བྲིད་ཅག་དྲན་པ་ཡིས།
 བདག་ཉིད་གཅིག་ཕྱ་རི་ལ་འབྱམས།
 མགོ་བོ་དབྱེས་ནས་དགུང་ལ་ལྷ་བའི་ཆེ།
 བྲིས་འབྱར་བོད་རིགས་སྒྲིན་ཟླ་སྤྲིང་ནས་དྲན།
 བྱང་ཕྱོགས་གྲི་སྒྲིན་ནག་ལྷོ་རུ་གྱུ།
 ཡིད་སེམས་གྲི་དམིགས་པ་གངས་ལ་གདང།
 འདས་ཟེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་འཁང་ར་མི་བྱེད།
 གངས་ཅན་གྱི་ཡུལ་ལ་ཕེབས་ཤོག
བྲིས་འབྱར་གྱི་སྒྲིན་ཟླ།

མི་ཡུལ་གྱི་ས་མཐར་འབྱམ་པ།

ཆེ་སྒྲིན་གྱི་ལས་དབང་ག་ལ་ཡིན།

རང་ཉིད་ཀྱི་པ་ཡུལ་སེམས་ནས་མ་དོར།

ང་ཚོ་ཡི་ཁྲག་ཅ་ཁྱིད་ཚར་འདྲེས་ཡོད།

.....བྱེས་འབྱར་གྱི་སྤྱན་ཟླ།

གོང་གསལ་གྱི་སྤྱན་ངག་འདི་ནི་གཞིས་ལུས་པོད་རིགས་སྤྱན་ཟླ་ཞིག་
ནས་སྤྲིངས་ཡོང་བའི་འཕྲིན་ཡིག་ཞིག་ཡིན་ལ། འཕྲིན་ཡིག་འདི་མཐོང་མ་
ཐག་བདག་སེམས་སྟོ་སྤང་གིས་རབ་དུ་སྐྱུལ་དེ་གཤམ་གསལ་གྱི་སྤྱན་ངག་འདི་
གཞིས་ལུས་ཀྱི་པོད་རིགས་སྤྱན་ཟླ་ཁོང་ལ་ཡིག་ལན་སྤྲིངས་པ་ཡིན།

རེ་འབྟོན།

སྤྱིན་དཀར་གྱི་རི་སྐྱོད་འབྱུང།

གངས་དཀར་གྱི་འདབ་མ་མིག་ལམ་དུ་དབེན།

ཁྱིད་ཉིད་ཀྱི་འཕྲིན་ཡིག་སྤྲིང་ཁམས་ཀྱི་ཁྲག་ཅ་ར་འདྲེས།

དན་གདུང་གི་སྤྲིང་ཅ་མོད་པོ་དག་དུ་ལྷིང་།

ཞལ་འཛོམས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ཉིན་མོ།

.....གཞིས་ལུས་ཀྱི་སྤྱན་ཟླ།

སྤྱིན་ནག་གིས་བར་སྤང་ཁིངས།

སེམས་སྤྲིང་གི་སྤྱག་བསྐྱུལ་སྤྱིན་ལ་འདྲེས།

སྤྱིན་ནག་དང་སེམས་ཁམས་ཀྱི་བར་ནས་པ་ཡུལ་གྱི་གཟུགས་བརྟན་འཆར།

དཀའ་བ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཚེས་མྱོང་ཡོད་ལ།

མཐར་ཐུག་གི་སྐྱེལ་ཁའང་.....

གཞིས་ལུས་ཀྱི་སྐྱེན་ཟླ།

མེ་དོག་གི་དྲི་བསྐྱེད་ཀྱི་བ།

སྐྱོ་སྐྱོང་དང་མྱོང་ས་སེམས་གཤམ་ལ།

ཕར་ཕྱོགས་ཀྱི་རྩ་རི་སྐྱུག་པས་གཡོགས།

མ་འོངས་པའི་རེ་འདུན་ཀྱི་དང་ངེད་གཉིས་ཀྱི་སེམས་སྐྱ་གནས་ཡོད།

གངས་ཅན་གྱི་བདག་པོའང་.....

གཞིས་ལུས་ཀྱི་སྐྱེན་ཟླ།

གཉིས་པ།

བཅེ་བཟུང་གི་མིག་ཆུ།

ང་རང་དུས་སྐྱེན་དུ་སྐྱེད་སྐྱུག་གི་མཛེས་མ་ཞིག་ལ་གདོང་ཐུག་བྱུང་
 ཐངས་ཤི། སེམས་ཁོངས་སྐྱེད་གནས་པའི་སྐྱོང་གསོན་པོ་ཅག་ཤིག་བྱེད་པ་དང་།
 སྐྱོ་སྐྱུག་དང་མཉམ་དུ་མགོ་བོ་སྐྱར་ནས་འགྲོ་བ་ལས་ཐུབས་མ་མཆིས། དེ་
 རིང་བཅེ་བ་ལས་བྱུང་བའི་མིག་ཆུ་དང་འདྲེས་པའི་སྐྱེན་ངག་ཁག་གསུམ་
 མཛེས་མ་བྱེད་རང་ལ་ཕུལ་པ་ལགས།

༡ ཆེས་བཅོ་ལྔའི་དུང་རྒྱ་དཀར་གསལ་ལོར།

དཀར་གསལ་གྱི་ཁྲི་བས་ང་ལ་འཇུག་མཁའ་སྐྱོན།

ངའི་ཡིད་ལ་དགའ་བ་ཞིག་སྐྱེས་མི་སྲིད།

མི་ཆེ་ཡི་བཞོད་ལམ་ཀྱག་ཀྱོག་འདི།

ལས་དབང་གི་ཐག་བཅད་པ་ཡིན་ནམ།

བྱིད་ཉིད་དང་ཞལ་མཇལ་བ་ནས་བཟུང་།

བདག་སེམས་ལ་བག་ཐེབས་ཀྱི་སྐལ་བས་སྒྲ།

དཔྱིད་གསུམ་གྱི་དཔལ་ཡོན་བཞད།

མི་དོག་གི་གང་བྱ་དགའ་བའི་འཇུམ་མདངས་རྒྱས།

སྤྲིང་སྤྲུག་མའི་གསེར་ཉའི་གཟུགས་བརྟན་དེ།

བདག་ཡིད་ཀྱི་རྒྱ་མཚོར་ཞུགས།

སྤྲུག་བསྐལ་གྱི་ཅ་རྒྱུ་ལ་འཁྱུགས་ཏེ།

རྒྱུ་ལ་ཐེང་གིས་བྲག་ལ་བརྟེན་སྒྲ།

༩ སྤྲིང་སྤྲུག་དང་མིག་ཚུ་ནི།

བྱིད་ཀྱི་བདག་ལ་སྤྱིན་པའི་ལྷགས་སྐྱེས་ཡིན།

ང་རང་གི་མི་ཆེ་འདི་ལ།

གསོན་པའི་སྤྲིང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར།

ཟེ་མེད།

བྱིད་ལ་ཤིན་ཏུ་དགའ་བ་ཡིས། སྤྲིང་ཐུབ་གྲོགས་ཞིག་ངས་མ་རྟོད།

ཚུ་ཡི་ངོགས་སུ་ཕྱིན་པ་ན། གསེར་ཉའི་གཟུགས་བརྟན་ངས་མ་མཐོང་།

བྱིད་ཀྱི་མཛེས་ཞལ་དཀར་ལྷུ་མ་དེ། ལྷ་བའི་གཟུགས་ལ་འཁྱུགས་གྱུར་ནས།

དབྱང་སྒྲིན་དབྱིངས་ལ་བལྟ་བའི་ཆེ། ལྷ་བ་སྒྲིན་གྱི་ཡོལ་བས་སྒྲིམ།
 བྱིད་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་མཐོང་འདྲིན་ནས། ང་རང་ནགས་ཆལ་བྱོད་ཏུ་འབྱམ།
 སྒྲུམ་གྱིང་སྒྲིང་ཅི་མོ་རུ། འཕྱ་བའི་རྣམ་གྱུར་ཅི་ཡང་སྒྲིན།
 རེ་བའི་ཡིད་ཐང་ཆད་གྱུར་ནས། ལག་པ་བྱང་གི་སྒྲིང་བཞག་ཏེ།
 ཞིབ་ཆགས་འདང་ཞིག་བྱལ་པ་ན། ད་ནི་རེ་བ་མི་འདུག་གོ །

འབྱུར་ཐོག

སྐལ་བཟང་གིས།

༣༡། །བྱོད་བྱང་སྒྲིམས་པའི་དབྱིད་ཀྱི་བཟང་ཉི་མ་ཞིག་ལ་ང་དང་ངའི་
 ཐོགས་པོ་གཉིས་སློབ་བྱའི་བྱལ་ལོག་སྒྲིང་ཆལ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་སྒྲོ་བསང་ཏུ་
 འགྲོ་བཞིན་པའི་ལམ་ཏུ་ང་ལ་རྒྱན་ཏུ་བྱུར་མིག་འཕེན་བའི་བྱང་མེད་དགེ་གན་
 ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དང་འཕྲད་བྱུང་། ངས་བྱིད་གང་ཏུ་འགྲོ་ཅིས་ཡོད་ཅེས་བྲིས་
 ཏུས་མའི་གདོང་ལ་མཇུག་ཏེ་ཆ་དང་འབྲེས་མའི་ཉམས་འབྱུར་ཞིག་མངོན་
 ཞིང་། མགོ་བོ་ཏུད་དེ་རྒྱང་པའི་སྒྲ་ཅི་ས་ལ་འདྲད་བཞིན་། ལན་ཞིག་བཏབ་
 པའི་ཆིག་འབྲུ་མི་གསལ་ཡང་རྣ་བར་ཆོར་བ་བདེ་པོ་ཞིག་སྒྲིང་། ངའི་ཐོགས་
 པོས་བྱུ་མོ་འདི་དང་ངེད་གཉིས་ལ་གསང་བའི་བྲོས་མོལ་ཞིག་ཡོད་པ་རྟོགས་
 ནས་གཙང་སྒྱིད་ཁང་ཏུ་འགྲོ་བལྟ་བྱིས་ངེད་གཉིས་ལ་སྒྲིང་མོལ་གྱི་གོ་སྐབས་སྤྲད།
 ཡིན་ནའང་ཁོ་མའི་མགྲིན་པའི་ཨོལ་མདུད་ལྡེམ་ལྡེམ་བྱིད་རྒྱ་མ་གཏོགས་རེ་

ཞིག་ལ་གཞན་ཆེག་འབྲུ་གང་ཡང་ཐོན་མ་སོང་། སྐབས་ཞིག་ནས་མོས།
 བྱིད་ལ་གཡང་འཛོམས་ཀྱི་ཡི་གེ་འབྱོར་བྱང་ངམ། ད་སྐབས་ཁོ་མོ་མཐོང་བྱ་
 མེད་པ་ཅི་རེད། རྫོང་གཞན་ཞིག་དུ་ལས་བཞོས་བྱས་པ་ཡིན་ནམ། ཞེས་
 བཤང་འཛོམས་ཀྱི་ཡི་གྲུས་དྲིས་བྱང་། དེ་དུས་ངའི་སེམས་ལ་སྒྲོ་བྱར་དུ་
 འཆར་སྒྲུང་གསར་པ་ཞིག་སྤྲེགས།

གཅིག

དུས་ཚོད་ནི་འདི་འདྲའི་མགྲོགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་གཏན་ནས་ཤེས་
 མ་བྱུང་། ངོ་མ་བྱ་མོ་དེས་བསམས་པ་ལྟར་གཡང་འཛོམས་དང་ངེད་གཉིས་
 ལ་དུང་སེམས་དང་འབྲེལ་བ་ཟབ་མོ་ཡོད། གཡང་འཛོམས་དང་ངེད་གཉིས་
 སློབ་གའི་སྔོན་དུ་དོ་ལེབ་ཀྱི སྤྱིང་དུ་ས་སྤྱངས་ནས་རྩ་སྒྲིལ་གྲོགས་ཡིན་པ་དང་།
 སློབ་གའི་དུས་སུ་དགེ་ཆུན་གཅིག་གི་སློབ་སྦྲུག་ཡིན། སྐབས་རེར་ཁོ་མོ་ལ་
 ཟས་མངར་མོ་རེ་ཡོད་ཆེ་ཕྱིད་ཅམ་ང་ལ་སྤྲེལ་ཞིང་། དེ་མཚུངས་ང་ལ་ཡོད་
 ན་མོ་ལ་སྤྲེལ་སྒྲོལ་ཡོད། སྐབས་འགར་གཡང་འཛོམས་ཀྱི་ལག་ན་སྒྲུ་གུ་
 བསར་པ་རེ་དང་འབྲི་དེབ་གསར་པ་རེ་ཡོད་དུས་ངས་ང་ལ་ཐོབ་བྱུང་བཅན་
 འཛུལ་ཡང་བྱས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་ངེད་གཉིས་ཀྱི་བྱིས་པའི་དུས་ཚོད་འདས་
 ནས་སློབ་འབྲིང་དུ་བྱུགས་སྤྱོད་བྱུང་དུས་ཚོད་བསྐྱབས་བྱུང་། ངས་ཁོ་མོ་ལ་
 རང་གིས་ཅི་ལྟས་བྱིས་ཚུལ་ཡིག་འབྲི་སྤྱངས་དང་བོད་ཡིག་གི་ཤེས་བྱ་འགའ་
 བསྐྱབས་པ་དང་། ཁོ་མོས་ང་ལ་རྩིས་རིག་དང་བྱ་ཡིག་གི་གནད་དོན་འགའ་
 རེ་བསྐྱབས། བྱུགས་མ་སྤྱད་པའི་སྔོན་གྱི་ཉིན་ཞིག་ལ་ཁོ་མོས་བཤད་དོན།

ངེད་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱལ་མ་འཕྲོད་སྐྱོད་ན་ཅིས་ཀྱང་འབྲིག་འདུག གལ་སྲིད་མ་
འཕྲོད་ན་ཅི་བྱེད་བསམ་པ་ཡོད། གང་ལྟར་ངེད་གཉིས་ལས་གཅིག་གིས་མ་
འཕྲོད་ན་གཉིས་ཀྱི་འཛིན་བྱ་འདིར་བསྐྱེད་ནས་ལོ་རྒྱུས་མར་རྒྱལ་སྤྱོད་ཟེར།
གང་ལྟར་ངེད་གཉིས་ནི་འཛིན་བྱའི་ནང་གི་སྤྱངས་འབྲས་ཅུང་ཡག་པའི་བྲས་
ཡིན། ངེད་གཉིས་ཀྱི་རྒྱལ་མ་འཕྲོད་འདུག །

གཡང་འཛོམས་དང་ངེད་གཉིས་སློབ་འབྲིང་གི་འཛིན་བྱ་གསུམ་པའི་
སྐབས་ན་ཡོད་དུས་སློབ་གྲྭ་གསུམ་དག་གིས་ངེད་གཉིས་ལ་སླེང་ཕྱོགས་འདྲ་མིན་སྒྲ་
ཚོགས་ཀྱི་མགོ་ཚུགས། བཟའ་ཉི་མ་ཞིག་ལ་སློབ་གྲྭ་ཁ་གསུམ་དང་
བསྐྱེད་ནས་ཆུ་ཁར་བྲུས་རྒྱལ་དུ་སྐྱོད་པ་ཡིན། སློབ་ལུགས་ལས་འདས་པ་ཞིག་
ལ་གཡང་འཛོམས་ཀྱང་ཉིན་དེར་བསྐྱེད་འདུག ཡ་གི་ན་བྱ་མོ་མང་བོས་བྲུས་
བྱེད་པ་མཐོང་འཕྲུལ་ངེད་ཅག་གི་གྲོགས་པོ་ཞིག་འཇམ་འགྲོས་ཀྱིས་སྐྱོད་སྒྲི་
བྱ་མོ་ཞིག་གི་བྱོན་པ་བརྒྱས་བྱུང་། བྱོན་པ་དེ་ནི་གཡང་འཛོམས་ཀྱི་ཡིན་པར་
འདུག གྲོགས་པོ་དག་གིས་ང་ལ་ཀྱ་ཤེད་ཆུལ་དུ། བྱེད་རང་གི་གཡང་
འཛོམས་ལ་བྱོན་པ་མེད་པས་རང་གི་བྱོན་པ་ཕྱད་ནས་བྱོན་ན་མ་གཏོགས་སང་
ཉིན་རང་གི་སྤྱང་ལ་གཡང་འཛོམས་ཁོང་ཁྱོད་ལངས་ན་གང་བྱེད་ཅིས་ཟེར་ནས་
སྐབས་འདིའི་ཕོ་གསུམ་དག་གི་ཅིང་སྤྱད་ནི་གཡང་འཛོམས་དང་ངེད་གཉིས་སྒྲ་
བྱུར། ཅིང་མོ་འདིའི་ནང་དུ་ཕྱག་དོག་ཀྱང་ཡོད་ལ། ཅི་ཡང་མ་ཡིན་པའི་
ཅིང་མོ་ཡང་ཡོད། ཕོ་གསུམ་འགའ་གསུམ་གཡང་འཛོམས་ལ་ཅིང་མོ་ཅིང་
དགའ་བོ་ཡོད། རྒྱ་མཚན་ནི་མོ་རང་ངེད་ཅག་གི་འཛིན་བྱའི་ནང་ནས་ཅུང་
གཟུགས་ཡག་པའི་བྲས་ཡིན། ཁོ་མོའི་གདོང་གཤིས་དཀར་ལ། མི

འབྲས་གཉིས་ནག་ཅིང་ཅུང་ཆེ་བ་དང་། འཁྲར་འཛོམས་ཀྱི་རྩས་པ་ཅུང་ཟད་
 འབྲར་དུ་ཐོན་ཡོད་པ། ལྷག་པར་དུ་འཇུག་པའི་དུས་སུ་སྒྲིམ་མེད་པའི་
 ཚོར་སྤང་ཟབ་མོ་ཞིག་སྤེར་ངེས་ཡིན། ཁོ་མོའི་སེམས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་
 གདོང་བའི་སྤྲིང་དུ་བསྒྲིབས་ཆེ་མ་མཆུ་ལ་སོ་བདེན་ནས་དུར་བཙོན་གྱིས་ཡི་གེ་
 འབྲི་སྒྲིལ་ཡོད་ཅིང་། དེ་མིན་ཁོ་མོ་དགའ་ཡོད་པའི་དུས་སུ་ངས་ལས་བྱ་
 འབྲི་པའམ་ཡང་ན་བྱ་བ་ཆེ་ཆུང་གང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ཀྱང་སྤང་དོགས་ཤུན་ཙམ་
 ཡང་མི་བྱེད་པར་ང་ལ་ཅིད་མོ་ཅི་བ་དང་། ནམ་རྒྱུན་ཅིད་མོ་སོགས་ཡོད་
 དུས་ཁོ་མོ་ཁྱེད་ལངས་ནས་བྱ་མོ་ཚོའི་མགོ་བླིད་ནས་འགྲོ་བ་རེད། རིམ་
 གྱིས་ངེད་གཉིས་ལ་འབྲུར་ལྷོག་གསར་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་སྟེ། བྱིས་པའི་དུས་
 ཀྱི་ཅིད་མོ་ཅི་བ་སོགས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ནི་རིམ་གྱིས་མེད་པར་གྱུར། བྱ་བ་གལ་ཆེན་
 རེ་ཡོད་དུས་མ་གཏོགས་སྤྲུག་འཕྲད་བྱེད་ཀྱི་མེད། སྤྲུག་མི་ལེགས་པ་ཤིག་
 ལ་ཁོ་མོའི་པ་ཐན་གྱུམ་ནད་ཀྱིས་ན་ནས་ཇོང་གཞན་ཞིག་གི་སྒྲན་ཁང་དུ་སོང་བ་
 ཐོས་འཕྲལ་ཁོ་མོ་ནད་གཡོག་དུ་ཆེ་གཅིག་འགྲོ་དགོས་བྱུང་། ཉིན་ཞིག་ངེད་ལ་
 ཡི་གེ་གི་ཞིག་འབྱུར་བྱུང་བ་འདི་ལྟར། སྤྲིང་གི་སྤྲུག་ས་མཚོག་ཆེ་རིང་དོན་
 འབྲུབ་ལགས། ང་རང་ཆེན་པོ་གཅིག་ཙམ་ལ་སྒྲོབ་གྲུར་ཡོང་མི་ཐུབ་པས་དགེ་
 ཐུན་ལ་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཁྱེད་ལ་གསུང་། ངའི་དཔེ་ཁྲུག་སོགས་ལ་ཉིད་
 ཀྱིས་བདག་ཉར་བྱེད་དགོས། ང་རང་གཉིས་ཁ་བྲལ་ནས་བརྒྱུང་སྤང་མའི་
 སེམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་ཡལ་བ་ལྟར་ཉ་ཅང་གིས་ཡིད་སྒྲོཔོ་བྱུང་། ངའི་ཕྱོགས་སུ་
 སེམས་འཁྲར་བྱེད་མི་དགོས། ཁ་བྲལ་འདི་ལྟར་དུ་ཉིད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཤིག་
 བྲིས་ནས་ངེད་ལ་བསྒྲུར་རྒྱ་དང་གཞན་དོན་འབྲུབ་རྒྱལ་གྱིས་བརྩམས་པའི་

མགུར་སྒྲུའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ཁྱད་ཚུལ་གིས་པ་དེ་ང་ལ་འཕྲལ་དུ་བསྐྱར་བྱ་མཁྱེན་
 མཁྱེན་མཁྱེན་གིས་གཡང་འཛེམས་ནས་ཕུལ། ཞེས་བྲིས་འདུག་ཁོ་མོའི་ཡི་གེ་
 དེ་མཐོང་འཕྲལ་ངས་མཚམས་ཁྱེད་དང་སེམས་གསོའི་ཡི་གེ་ དཔེ་དེབ་རྒྱམས་
 ཁོ་མོའི་འདྲོད་པ་ལྟར་མགོ་ར་འགྲངས་མེད་པར་བསྐྱར་བ་ཡིན། ང་མཚན་
 ཞིག་གཉིད་དུ་ཡུར་བའི་མི་ལམ་དུ་གཡང་འཛེམས་ཀྱིས་སྒྲིག་ཉམས་དང་ཁོང་
 ཁྱོའི་རྒྱུ་པ་བྱང་འབྲེལ་གྱིས་ང་ལ་སྒྲིག་མོ་བྱེད་པ་དང་། ཁོ་མོ་བྱ་ནག་གི་སྒྲིག་
 གྱི་སློབ་གྲ་ཞིག་དུ་ཆས་སོང་ཟེར་བའི་འཕྲིན་ཡིག་འབྱོར་དེ། སེམས་བྲེལ་
 བའི་ངང་ནས་རྒྱང་འཁོར་ཞིག་བཞེན་ནས་གཡང་འཛེམས་ཀྱི་ར་མདའ་འགྲོ་
 བའི་ལམ་བར་དུ་རྒྱངས་འཁོར་ཞིག་དང་གདོང་ཐུག་པོག་པ་སོགས་མི་ལམ་གྱི་
 མཐོང་སྒྲུང་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་བྱང་། དེ་འཕྲལ་ང་འཛིགས་སྐྱབ་སྐྱེས་ནས་གཉིད་
 སད།

གཉིས།

ལོ་ལྷན་མི་ལྟ་བུའི་འབབ་རྒྱུན་དང་འདྲ་བར་ང་ཚོའི་མེའི་བསམ་སྒྲོའི་
 བབ་ལ་མི་བསྐྱེད་པར་སྒྲིད་ཀྱིན་ཡོད། གཡང་འཛེམས་དང་ངེད་གཉིས་ཀྱིས་
 མཐོ་རིམ་སློབ་གྲ་ན་སློབ་གཉེར་བྱེད་བཞེན་པའི་སྒྲུང་ཡིན། ཐོ་གསར་མང་
 ཤོས་ཀྱི་མིག་བྱར་དེ་གཡང་འཛེམས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་འཁོར་བ་གཅིག་མིན་གཉིས་
 མིན་དུ་མཐོང་བྱང་། དེ་ལོས་ཡིན། རྒྱུ་དུས་མོ་རང་ག་བྱགས་ཞིང་ལུས་
 ཐོ་བྱང་དུ་ཞིག་ཡིན་མོད། ད་ལྟ་ཁོ་མོའི་སྐྱེས་གཟུགས་ཀྱི་རིང་བྱང་འཚམས་
 ཤིང་ཅུང་ཕྱ་བའི་སྒྲིག་ཉམས་དང་ལྡན་ལ། སྐྱེས་བྱར་བྱ་འཛིལ་ལི་ཆགས་ཡོད་
 པ་དང་། བྱང་ཁ་རུ་འབྱར་དུ་ཐོན་པའི་ལང་ཚོའི་མཚན་མའང་མངོན་ཡོད།

བུད་མེད་མཛེས་མ་ལ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པའི་ཉམས་འགྱུར་དང་ལྡན་པས་ཁོ་
 མོས་སྒྲིག་ཉམས་རེ་བཞུན་ཆེ་སྒྲིམ་གར་ནང་གི་འབྲལ་སྒྲན་པ་མཛེངས་མ་ཞིག་
 དང་ མཚུངས། ཁོ་མོ་ལ་སྒྲོར་མོ་ཡང་ཡོད་ལ་འགྲོ་གྲོན་ཀྱང་མང་། གང་
 ཡིན་ཟེར་ན། གདོང་སྒྱུམ་དང་འདག་ཇུས་སོགས་བུད་མེད་ལ་མཁོ་བའི་
 དངོས་ཇུས་སོགས་ཇི་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།

བཟའ་ཉི་མའི་ཉིན་ང་རང་ཁྱོད་དུ་འགྲོ་སྐབས་ངའི་གྲོགས་པོ་ནོར་བུ་
 དང་འཕྲད། ཁོང་ནི་ང་སློབ་ཆུང་སྐབས་ཀྱི་སློབ་གྲོགས་ཡག་ཤོས་ཤིག་ཡིན།
 ཁོ་ཆུང་དུས་ཁྱིམ་ཆང་གི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཆེད་སློབ་གྲུར་འགྲིམ་མ་བྱུང་མོད།
 ནར་སོན་ནས་ཆོང་པ་ཡག་ཤོས་ཤིག་དུ་གྱུར་འདུག མི་འདི་ཆུང་དུས་བྱིས་
 པའི་སྙིང་ཁྲིམ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་། ད་ལྟ་སྒྲིམ་གཟུགས་རིང་ཞིང་། བྱིས་པའི་
 དུས་ཀྱི་དཀའ་དམར་གྱི་གདོང་གཤིས་དེ་ནག་པོར་གྱུར་བ་དང་། འབྲམ་པ་
 ལ་བྱ་སྒྲིམ་ཡོད་པའི་སྐྱབ་ཤར་གོད་པོ་ཞིག་དུ་གྱུར་འདུག ཇིང་གཉིས་ཟ་ཁང་
 ཞིག་དུ་སོང་ནས་སྤོང་མོལ་གྱི་མགོ་བཅུ་མས། ཁོས་ཐ་མག་རྒྱང་གཅིག་ཁ་ལ་
 འཕྲེད་དུ་བཟུང་ནས་དུ་བ་སྒྲོ་ལྟོག་ལྟོག་ཁ་སྒྲོ་གཉིས་ལས་ཐོན་པ་དང་ཆབས་ཅིག་
 ཁོ་ན་ལ། ད་སྐབས་དཀའ་ལས་སྤོང་གི་མེད་དམ། ཤ་ཡང་སྤུང་མོར་གྱུར་
 འདུག འོ་ངས་བཞེད་འདུག བྱིད་ཀྱི་ཨ་མས་ང་ལ་སྒྲོད་བསྐྱར་ཞིག་ཡོད།
 ངའི་གོ་ཐོས་ལྟར་ན་བྱིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་སྒྱུ་འོན་ཏེ་མི་སློབ་པར་མི་སློབ་སྒྱུ་འོ་བྱ་
 སྒྱུད་སྤེལ་ནས་དོན་མེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་འཁོན་འཛིན་དང་ཞབས་འབྲེན་བྱེད་པ་གོ་
 ཐོས་བྱུང་། ཇིས་སུ་དེ་འདྲ་བུས་པ་ཡིན་ན་ཨ་མས་བྱིད་ལ་དགོངས་ཡངས་
 མི་ཡང་ཟེར་བྱིན་འདུག བྱིད་ཀྱིས་ཨ་མའི་སྒོ་ལ་མི་འབབ་པའི་ལས་ཀ་ཅི་

བྱེད་བཞིན་ཡོད། ཅེས་ངེས་བྱུང་། ངས་ཁོ་ལ། ཁ་སྔོན་གཡང་འཛམས་ཀྱི
 དོན་དུ་འཁོན་འཛིང་ཞིག་བྱས་ཡོད་པ་དེ་ཨ་མས་གོ་ཡོད་པ་འདྲ། བྱིད་རང་
 བེས་ཡོན་ཅན་ཞིག་གིས་བྱད་མེད་བཅད་ན་ཡག་པོ་འདུག་གམ། གཡང་
 འཛམས་ནི་དེ་འདྲའི་སྤྱོད་པ་ཡང་མོ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ལ་དགའ་བོ་གསུམ་བྱས་
 ནས་ཅི་བྱེད། རོ་མ་བྱིད་གཉིས་ལ་བཅེ་དུང་ཡོད་དམ། ཞིས་ཟེམ། ངས་
 ཁོ་ལ། རེད་གཉིས་ཟ་བོ་གསུམ་འཕྲང་རྟགས་དང་། འབོ་བོ་གསུམ་འདུག་བོ་གསུམ་
 ཡིན་མ་གཏོགས་གཞན་ལུས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་མེད། ཅེས་པ་ན། ཁོས་ཡིན་ན་
 ཡང་རོ་མ་སློབ་བྲ་ཆེན་པོར་རྒྱགས་འཕྲོད་འདུན་ཡོད་ན་བྱད་མེད་འདི་འདྲའི་
 སྤྱོད་ལ་སེམས་པ་མ་འཁོར་ན་བཟང་། ཁ་སྔོན་ངའི་བོ་གསུམ་པོ་ཞིག་གིས་བྱིད་
 ཅག་གི་སློབ་བྲའི་སློབ་མ་ཞིག་ལ་སློར་མོ་སྤྱད་འདུག་སྟེ། ད་ལྟ་བལྟས་ན་
 སེམས་ཆེར་གཡང་འཛམས་ཡིན་འདུག ནམ་ཞིག་བྱིད་ལ་བྲེལ་མེད་མ་བྱས་ན་
 ངའི་ཨ་མ་ཚོགས་གཅོད་ཚོགས་ ཞིས་གཡང་འཛམས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལ་ཞི་ཐག་པ་ནས་
 མི་དགའ་བའི་རྒྱུ་འབྱུང་བ་སྟེན་སོང་། རེད་གཉིས་ཀྱི་རང་རང་གི་འདོད་
 མོས་ཀྱི་སྤྱོད་མོལ་མང་པོ་བྱས་མཐར་ཁོས་ང་རྒྱལ་དང་། བཅོས་མའི་འཇུག་
 ཞིག་སྟོན་བཞིན་ཨ་མ་ཕྲག་ནས་སློར་མོ་བརྒྱ་ཐམ་པ་བཏོན་ནས་བྱིད་ཀྱི་ལྷན་
 ཡང་རལ་འདུག སློར་མོ་འདིས་ལྷན་ཞིག་ཉི་རྟགས། རྗེས་སུ་ཐུག་ཟེར་
 ནས་རེད་གཉིས་ཁ་བྲལ།

གཡང་འཛམས་སློབ་ཁང་དུ་སླེབས་བྱུང་། ཐོག་མར་སློབ་ཁང་དུ་ཡོང་
 དུས་མོའི་བོ་གསུམ་མོ་ཁ་གསུམ་ལ་གཡང་བྱུང་གི་གསུང་སྤྱོད་ཁ་གསུམ་གནང་རྗེས་རྒྱུ་
 བཀྲག་གི་ཕྱོགས་སུ་ཕྱིན་སོང་། དེ་དུས་ངའི་སེམས་ནི་རྒྱ་ཁྱིའི་གང་ཡིན་ན

ངས་ཁྱིད་ལ་གསང་ནས་ད་པར་བཤད་མ་ཐུབ། རྒྱུ་ཆད་ངས་ཁྱིད་ལ་ཁྲིལ་
 མེད་ཕྱས་ནས་ཁོ་དང་དགའ་བློགས་ཕྱས་པ་ཡིན། ཁོ་དང་འཕྲད་དུས་དེད་
 གཉིས་མགྲོན་ཁང་དུ་སོང་ནས་.....ངས་ཆིག་མཚམས་བཅད་ནས་ཁྱིད་
 གཉིས་ག་དུས་འགྲོགས་པ་ཡིན་ཞེས་དྲིས་དུས། མོས་ལོ་གཉིས་འགོར་སོང་།
 ཐོག་མར་ཁོ་ལ་འགྲོགས་འདུན་མེད་ཀྱང་ང་ལ་སྒྲོར་མོའི་དཀའ་ངལ་འབྱུང་བར་
 བརྟེན་ཁོས་ང་ལ་སྒྲོར་མོ་བཅུ་གཟུང་ནས་ཅིད་གཟུང་ཕྱས། རྗེས་སུ་ཁོས་སུ་
 མཐུད་སྒྲོར་མོ་བསྐྱར་སྟབས་ཁོའི་ཁ་ལ་མི་ཉན་རང་ཉན་དུ་གྱུས། དེ་རིང་ཁོ་
 ཡོང་ནས་དེད་གཉིས་མགྲོན་ཁང་དུ་སོང་ནས་སྤོང་མོལ་ཕྱས་དུས་ཁོས་ང་ལ་ལོ་
 རྗེས་མར་སློབ་གྲ་ཆེན་མོར་རྒྱགས་སློང་ཅིས་ཡོད་དམ་ཞེས་དྲིས་ཅན། ངས་
 འགྲོ་འདུན་ཆེ་བའི་སྐད་ཆ་བཤད་མཐར་རྒྱ་མཚན་མི་བཤད་པར་རྒྱང་ལངས་
 ནས་ང་ལ་གཅར་བརྟེན་ཆོད་མེད་ཕྱས་ཕྱང་། ངའི་གོད་པའི་ནང་ལ་དོག་ཐོས་
 བསྐྱེད་པར་བརྟེན་གཟེར་རྩལ་སྤྱིད་ཀྱིན་འདུག ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྒྲན་ཁང་ཞིག་
 བཅུལ་ན་མ་གཏོགས་བཟོད་སྒན་ཁྱེད་མི་ཐུབ་པར་འདུག་ཟེར་ནས་མ་མཆུ་ལ་
 སོས་བཏབས་དེ་སྤྱིད་པ་གྲག་ནས་དྲོང་པོར་དབྱེ་མི་ཐུབ། ཁོ་མོང་ལ་བསྟེས་
 སུ་བཅུག་ནས་ཐག་མི་རིང་བ་ན་རྒྱའི་སྒྲན་ཁང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་
 བསྐྱེད་ནས་བརྟེན་དཔུང་ཕྱས་མཐར་ཁོ་མོའི་ལུས་ལ་བྱིས་པ་འཁོར་འདུག་
 ཟེར། ང་དང་ངས་ཤིང་འཇིགས་སྐྱག་པས་དཔུགས་ཀྱང་ལེན་མི་ཐོད་པ་ལྟར་
 བྱར་གྱུས། ད་འགྲོགས་མ་སོང་། དེད་གཉིས་སློབ་མ་ཡིན་པ་བཤད་ཟེན་
 པས་ད་ཅི་བྱ། སློ་བྱར་དུ་དོན་རྒྱུན་ངན་པ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཕྱང་བ་ལ་སུས་
 བྲོགས་ཁྱེད། ལུང་ཙམ་ནས་ངས་སྒྲན་པའི་དབྱུང་འཇིན་དེ་ལ་སློབ་མ་ཡིན་པར་

མ་བཤད་པ་དང་། མགྲོགས་མུར་ངང་ཁོ་མོའི་གོད་པའི་བྱིས་པ་དེ་ལེན་རྒྱའི་
 སྐབས་འཇུག་ཞུས། བོ་གསར་གྱི་དྲིས་ཚད་ལ་སླེབས་ཡོད་པས་མིག་རྒྱ་
 བཏོང་རྒྱ་ནི་དགའ་མོ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་། སྐབས་དེར་དྲ་ངག་ཞིག་རང་བྱུགས་སུ་
 ཞོར་སོང་། ཞེམ་རྩེ་དེ་ནི་སྤྲིང་རྩེ་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ཉིན་གསུམ་ནས་སྒྲོར་
 མོ་བཞི་བརྒྱ་དང་བདུན་ཅུ་ཁྲིར་ཤོག བྱིས་པ་ལེན་རྒྱ་དེད་ཀྱིས་དང་ལེན་བྱེད་
 ཟེར། བྱི་ཉིན་མོའི་མངལ་བཏོན་པའི་ཡོན་ཏྲ་སྒྲན་ཁང་ལ་སྒྲོར་མོ་བཞི་བརྒྱ་
 དང་བདུན་ཅུ་ཅིས་སྤྲད། ཉིན་འདྲིར་གཡང་འཛོམས་ཀྱི་བཏོང་ན་ང་རང་
 བཀའ་རྒྱ་ཆེ་བ་ཚོར་ཡོད་པའི་ཉམས་འཇུར་ཞིག་འདུག དེད་སློབ་གྲར་
 སོང་དུས་སློབ་གྲོགས་ཚང་མས་གཡང་འཛོམས་གང་དུ་སོང་བ་ལ་ཉམས་ཞིབ་
 བྱེད་ཀྱིན་འདུག་ཅིང་། ངས་བཤད་ག་ལ་ཤོད། ང་ནི་སྒྲན་ཁང་དང་སློབ་གྲ་
 བཏིས་ཀྱི་བར་ནས་ཐོ་ཉ་བྱས་དེ་ཉིན་མང་པོ་མ་སོང་བར་གཡང་འཛོམས་སྒྲན་
 ཁང་ནས་སློབ་གྲར་གནས་སྤོས་བྱས། དོན་རྒྱུན་ཞིག་བྱུང་བ་ནི་མོ་རང་གི་
 བཏོང་ལས་ཤེས་ཐུབ་ཀྱིན་འདུག དོན་རྒྱུན་འདི་ཅུང་ཟད་ལྡོད་ཡངས་སུ་སོང་
 ཆེ་ཉིན་ཞིག་ང་ལ་དྲན་པ་ཞིག་སོས། མོར་བྱུང་དེ་དེ་འདྲའི་མི་ངན་ཞིག་ཡིན་
 པ་སུས་ཤེས། སྒྲན་ཆད་ཨ་མའི་སྐད་བསྐྱར་ཡིན་ཟེར་བའི་སྐད་ཆ་ཡང་སྒྲིག་
 རྒྱུན་ཡིན་པར་འདུག བོ་གསར་ཞིག་གིས་གཡང་འཛོམས་སྒྲོར་མོ་སུམ་ཅུས་
 ཅིད་སྤྱད་བྱས་པ་ཡང་མ་གཞི་ཁོ་རང་ཟེད། ཁོས་བྱིན་པའི་སྒྲོར་བརྒྱ་ཐམ་པ་
 ནི་གཡང་འཛོམས་འཕྲུག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཆས་ཡིན་འདུག ཡིན་ན་ཡང་ཁོ་སྤུག་
 པོའང་ཡིན་ལ་དཔའ་བོ་ཡང་ཡིན་པས་དེ་ལ་འགྲན་འཛིན་ག་ལ་ཤོད།

མོའི་སྤང་གི་འཇུར་ལྡོག་འདི་དག་སྤྱིར་བཏང་དུ་འབྱུང་སྤྱད་པ་དང་།

འབྱུང་ཚེག་པ། བྲན་འབྱུང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པའང་སྲིད། འོན་ཀྱང་
 འབྱུར་ཐོག་དེས་ད་ལྟའང་ཕྱན་གྱི་སེམས་ཁོང་ལ་བཙུག་སྲུ་མེད་པའི་མ་ཁ་ཞིག་
 བཞག་ཡོད། མ་ཁ་འདི་ལས་ཐོན་པའི་ན་བྱུག་ཀྱང་ལྔ་པ་བཞིན་སྟོང་ལ་ཉ་ཅང་
 བཟུང་། བདག་གི་སེམས་ཀྱི་མ་ཁ་འདི་ལ་ཡང་འབྱུར་ཐོག་ཅིག་བྱུང་བྱུ་ཡོད་ན་
 ཅིས་མ་རུང་།

ཁོ་མོ་ཡིད་ལ་མཁོར་བྱུང་།

པལ་ཆེ་རིང་གིས།

༡

གུམ་ཚུ་ཁྱོར་གང་སྒངས་ཏེ།

རང་ཉིད་ཀྱི་དེ་འདྲ་ཡག་ཚུ་མེད་པའི་གདོང་ལ་བཞུ་སྐབས།

ནམ་མཁའི་ཁྲི་བ་ལག་མཐོལ་དུ་ལྷུང་འདྲག་པ་མཐོང་།

དེ་ལྟར་འདྲིས་ཚུང་པའི་ཁོ་མོ་ཡིད་ལ་འཁོར་བྱུང་།

༢

ཁོ་མོ་ནི་གསེར་གྱི་མེ་དོག་གཅིག་སྟེ།

ང་རང་། གཡུ་སྒྲང་ཞིག་ཡིན་ན་དགའ་བ་ལ།

ཁོ་མོའི་བཞིན་ནི་དུང་ཁྲི་ཞིག་སྟེ།

ང་རང་། ཁྲི་བའི་དཀྱིལ་གྱི་རི་བོང་ཡིན་ན་བསམ་བྱུང་།

३

མེ་རྟོག་ལ་.....བསམ་པ་ཡོད་དེ།
 མེ་རྟོག་གི་ངའི་སེམས་ཁམས་གེས་འདུག།
 གཡུ་སྤང་ལ་སྒྲོ་ཆ་ཡོད་འདུག།
 གཡུ་སྤང་གི་ང་ལ་སྒྲིང་གཏམ་སྤྲོང་འོང་།

༤

ཁོ་མོ་མ་མཐོང་སྔོན་ལ་.....ངའི་སེམས་ཀྱིས་ང་ལ།
 ཁྱེད་ལ་སྤོབས་པ་མི་འདུག་.....ཟེར་བྱུང་།
 ཁོ་མོ་མཐོང་བའི་མོད་ལ་ངའི་སེམས་ཀྱིས་ང་ལ།
 ཁྱེད་ལ་ངོ་ཆ་མི་འདུག་.....ཟེར་བྱུང་།
 ཁོ་མོ་བྲལ་མ་ཐག་དུ་.....ཡང་ངའི་སེམས་ཀྱིས་ང་ལ།
 ཕྱི་མིག་གཅིག་ཀྱང་བཟླ་མི་ཐུབ་བམ་.....ཟེར་བྱུང་།

༥

སྒྲོ་བ་བྲིད་ཀྱི་སྒྲུབས་སུ་.....ངའི་བསམ་པ་སྒྲུབ་ཀྱིས་མཚོངས་དེ།
 ཁོ་མོའི་གམ་དུ་བསྐྱེད་སེམས།
 སེམས་ཁམས་ཀྱིས་སྔོན་ལ་རྟོགས་བྱུང་།

༩

གནམ་ཐྱོན་པོར་.....འགྱུར་ལྷོག་བྱང་སོང་།
 ཐྱིན་དཀར་པོ་སྟོང་ལ་ཕྱོགས་སོང་།
 ས་དྲོག་མོར་འགྱུར་ལྷོག་བྱང་སོང་།
 རྩ་སྒྲུག་པོ་གངས་ཀྱིས་མནན་སོང་།
 ཡིན་ནའང་ངའི་བསམ་པར་འགྱུར་བ་སྒྲུ་ཙམ་མེད་སོང་།

ཏ

གནམ་ཐྱོན་པོར་.....འགྱུར་ལྷོག་མ་བྱང་།
 ཐྱིན་དཀར་པོ་ཐྱོན་བཞིན་མཛེས་ཀྱི།
 ས་དྲོག་མོར་འགྱུར་ལྷོག་མ་བྱང་།
 རྩ་མེ་དྲོག་ངྱི་མ་ཞིམ་འདུག།
 ཡིན་ནའི་ཁོ་མོའི་སེམས་ཁམས་.....ཐྱོན་ནས་འགྱུར་འདུག།

༩

ཁོ་མོ་ནི་སྤོང་མགོའི་སེལ་དྲོག་ཅིག་རེད།
 ང་སྤོང་འགོར་འགོས་མ་ཐག་.....བྱེའུ་ཆུང་ཞིག་ཏུ་སྒྲུལ་ནས་འཕྱར་སོང་།
 ཁོ་མོ་གར་འཕྱར་ས་ལ་.....བརྒྱུས་དཔལ་གཡང་འཛོམས་པའི་ཐྱོན་ལམ།

བསྟན་ཆེན་གྱི་སྒྲ་དབྱངས།

གངས་གཞིན་གྱིས།

གདུལ་བྱའི་ཡིད་ཀྱི་ཀྱ་མུང་མཚོ་ལས་ཡན་དང་བདེ་བའི་འོད་སྟངས།
 དཔལ་ཀྱན་བཅུ་ཆེན་སྟངས་བའི་དབྱིངས་ནས་ལྷག་བསམ་དག་པའི་སྦྱར་བ་བཅས།
 ཡངས་མེད་སྦྱིན་པ་ངལ་བ་ཡོངས་སྤངས་དོན་གཉིས་གསེར་གྱི་ཕྱི་བས་མ་ཅན།
 མཐའ་དག་འགྲོ་བའི་གཙུག་གི་བྱན་གཅིག་སྦྱ་བའི་ཁྲི་བ་ཕྱོགས་ལས་བྱུལ།
 ཀ་དག་ཆོས་དབྱིངས་སྦྱིན་གྱི་འདབ་མ་མངོན་མཐོར་བཅེགས་པའི་བ་གམ་ལས།
 མཐའ་ཁྲི་སྒྲ་གདུལ་བྱའི་སྟོ་དང་འཆམས་པའི་མད་འབྱུང་གསང་བའི་བྱ་ཆར་གྱིས།
 སྤྱིད་པ་ཉམ་ངའི་སྒྲིང་ལ་འཕུན་པའི་ཉམ་ཆུང་གདུལ་བྱའི་སྦྱོག་འཛིན་པ།
 མེ་དོག་ཕོག་པའི་ལྷ་སྒྲུལ་གཅིག་ཕུ་པད་དཀར་འཆང་བ་གཙུག་གིས་མཚོད།
 ཁོ་པོ་རྣམ་དག་གངས་རའི་མུ་ཁྲུང་གོར་མོར་བསྒྲིགས་པའི་རྩ་བ་རྩ།
 བཤོད་བྱེད་མཐོགས་འགྲོ་ཆུང་གི་རྩ་པོར་དྲན་པའི་ལྷགས་གིས་བྲབ་ནས་སུ།
 མི་བཟད་འཛིགས་རུང་གཤིན་མེད་ཕྱང་དུ་ལས་མཁན་འབུམ་གྱི་གྱའི་ཁ་ནས།
 འཛིགས་འཛིགས་ཉུམ་པའི་ཡ་ཆུང་སྟིང་ལ་མངོན་མཐོ་སྦྱོབས་པའི་མཚོན་བཞོས་ཏེ།
 འཛམ་སྒྲིང་འཛིན་མའི་དཔལ་གྱི་ཐོག་ལེ་ལང་ཚོར་བསྐྱེལ་བའི་ཞིང་ཁམས་འདིར།
 སྐད་ཅིག་འཕྱོར་བའི་དགའ་བ་སྟོང་གིས་སྟོ་བུར་སྟིང་ལ་སྦྱོབས་བྱས་ནས།
 ཞེ་མ་འཛིག་རྟེན་ས་ཡི་ཐོག་ལེ་འཛིན་མ་དར་བའི་གདོངས་ཀ་རྩ།
 མི་འཛིགས་ལྷགས་གཉིས་ཁྲི་ལ་འབྱིངས་པའི་མགོན་པོ་མཚོག་དེར་དང་པོར་མཇུག།

དེ་ཡི་མཇུག་འཕྲིན་ནོར་བུའི་ཞགས་པ་ཡིས།
 གསེར་ལྷན་མཐའ་ཀུན་བཅའས་པའི་གྲགས་སྟན་གྱིས།
 འཛིན་མ་འགྲུབས་པའི་ཆེག་གི་ཕོ་ཉམ་ནི།
 ཐོས་འཛིན་ཆོས་ཀྱི་ཁང་པ་ཉིད་ཏུ་བསྐྱབས།
 སུལ་བྱང་དཔལ་སྤྱད་གསང་པའི་པརྟོ་ལ།
 རབ་དཀར་འོད་ཀྱི་གེ་སར་འཇུག་པ་ཅན།
 ཏུར་སྤྱིག་ཐུན་མཚམས་གོས་ཀྱིས་སྒྲིག་པ་མོ།
 ཏུས་ཀྱི་སྟན་པ་ཡངས་པའི་ས་འདིར་ལྷམ།
 ལ་ཆེན་སྟིགས་མའི་སྤྱིན་པོ་ཁྲོས་པའི་སྤྱོད།
 འཛིན་མ་འགྲུབས་ལ་ཐུགས་རྗེས་མ་བཟོད་པར།
 ཡང་ཡང་ས་འདིར་བྱོན་པའི་གྲ་འཛིན་དབང་།
 ཏུས་མཐའི་འགྲོ་བའི་བསོད་ནམས་གཟུགས་སུ་གྱུབ།
 ཕྱི་ནང་མཆོག་དམན་གཙུག་གི་རལ་པ་ཡང་།
 ཞབས་བྱང་གདན་ཏུ་ལེན་པའི་མཐུ་བཟུང་ནས།
 སྤྱིག་སྤྱིད་ཤ་ཟའི་གྲོང་ཡང་ཆོས་ལྷན་གྱི།
 ཞིང་ཁམས་ཉིད་ཏུ་བཀོད་པའི་རྒྱལ་འདི་མཛ།
 མཚན་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ལྷལ་ལྷལ་གྱི།
 ལག་སོར་མེ་ཏོག་གནས་གསུམ་དགའ་ཚལ་ཏུ།
 མ་བཟོས་ཏུས་གཅིག་འཇུག་པའི་ཡོ་ལང་གིས།
 མགོན་ཕྱིད་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཉིད་ཏུ་སྐྱབས།

འོན་ཀྱང་རེ་ཞིག་དུས་ཀྱི་རྒྱ་གསང་གིས།
 ཟས་ངན་དུག་ལ་སྦྱོད་པའི་མདོངས་མཐའི་མངལ།
 སྤུམ་པའི་ཁྲ་ཁྲོ་མཚན་མོ་སྒྱུ་བ་ཅན།
 བདང་སྟོམས་ཐུགས་རྗེས་བཞག་པ་སྒྱལ་བའི་ཐབས།
 བསྟོད་འོས་བསྟོད་ཆིག་ཡིད་འོང་མེ་དོག་གི
 སྤང་བ་སྤང་བར་བསྟར་བའི་དྲང་སྤྲོད་དབྱངས།
 སྒྲེ་བའི་སྒྲེ་བར་གྲུ་འཛིན་དབང་པོ་ཡིས།
 དབྱེས་བཞིན་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་དཔལ་དུ་བསྒྲགས།
 དེ་ལྟར་ཆངས་པ་མྱོས་པའི་དུག་འགྱུར་དབྱངས།
 མི་ཕྱིད་དད་པའི་གདངས་སུ་བཀྱག་པའི་སྒྲ།
 ལྷོ་ཕྱོགས་མ་ལའི་ཤིང་གི་རྩ་བ་ནས།
 དཔྱོད་ལྷན་དབྱེས་པ་བསྒྲེད་པའི་དཔལ་དུ་སྤྲིལ།

ལྷང་གཞིན།

ཆབ་བྲག་པོ་ཉ་

ལྷ་བ་མཁེགས་ཀྱི་ས་གཞི།
 ལུས་དྲིན་གྱི་སྒྲིས་མ།
 སྤང་ཆར་གྱི་ཉིང་ཁ།
 ཆེ་སྟོག་གི་གསོན་ཤུགས།
 ཉི་ཟེར་གྱི་དྲོད་ཆབས།

གསོལ་ཤུགས་ཀྱི་གསོ་སྒྲུབ།

བསོལ་རྒྱུ་གི་མཁའ་དབུགས།

སྒྲིབ་རྒྱུ་གི་རྣམ་ཤེས།

སྒྲིབ་རིམ་འཛིགས་གསོལ་ནས་.....དཔའ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཅུལ་ཤུགས་རྒྱས།

ཕ་ཐོང་གི་བཅའ་གཞི་ལོག་.....སྒྲིབ་ཀྱི་མཆེད་ཤུགས་རྒྱས།

མཐོ་རིམ་རབ་ཀྱི་ཅུ་ནས་.....ལ་རྒྱུ་ལི་མགྲུལ་བསྐྱེད་ས།

དམའ་སྤངས་ཐང་གི་པང་ནས་.....ཞི་བདེ་ཡི་མགོ་ལྷོག།

ཀྱི་མ།

འབྱུང་གཞི་སྤུ་ག།

སྒྲིབ་ཀྱི་ལྷུང་གཞི་རྒྱ།

རྒྱུ་མེད་སྒྲིབ་མོར་འབྱེད་ས་པའི་ཉམ་ཐག་གི་རིམ།

བྱེ་མའི་ཐལ་རྒྱུ་ལྷོན་པའི་ཐུང་མ་གྱི་ཐང་དུ།

སྒྲིབ་ཀྱི་གྲ་བས་ཉམས་ཉམས་ནོར་འཛིན་གྱི་གན་མོ།

གང་ས་གང་ལ་བཞུགས་ན་ཐུང་ན་གྱི་རོམ་དོག།

ཁྱོད་མཐོང་བདག་ལ་འཆི་མེད་གསོན་ཤུགས་

འདི་འཕྱར་ཡོང་།

ས།

ཀྱི།

ཁོ་ཐོ་བཞུགས་པ་ནས།

ད་གཟོད་ཁྱོད་ལ་གསོན་ཉམས་དེ་རྒྱས།

ལྷུང་མདོག་གི་ཁྲ་ཁྲག་གིས་བྲན་པ་ནས།

ད་གཟེང་མངེས་སྤྱག་གི་རི་ལུང་ཞེས།

ཀྱི་མ། དེ་དུས་ཀྱི་མྱ་ངན་ཐང་།

ཨི་མ། ལྷང་མདོག་གི་འཛིག་རྟེན་ཞིག

འབྲུང་བཞི་རྟེན་དུ་སྟོམས་ན།

ལྷང་གཞོན་རྟེན་དུ་.....

བྲལ་གདུང་།

མགོན་པོ་ཆེ་ལེ

ལག་རྒྱུང་འབྲམ་པ་ལ་བརྟེན་གྱུ་གས་རིང་ན་ར་མོས་སྐྱེ་འདབས་བསྐྱོད།

ཀེམ་ཀེམ་གཡོ་མཁས་ཁྲ་རྒྱུང་མིག་ལས་མཆི་མའི་རྒྱན་ལ་ཟད་མཐའ་བྲལ།

སྐྱ་སྐྱད་ཕ་མོས་སྐྱོ་སྐྱུ་འཐེན་པ་ཀྱན་གྱི་སྦྱང་ལ་ནད་དུ་ཆེ།

བྲལ་གདུང་ཁྲར་པོའི་དགའ་མ་དག་ལ་སྤྱ་ཡིས་སྐྱོ་བ་བསྐྱངས་པར་རུས།

གཉིས་གཉིས་ཅིན་པའི་བྲོགས་དག་མཐོང་ན་སྤྱག་བསྐྱུ་ལ་ཕྱང་པོ་བརྟེན་མར་འཕེལ།

དྲིན་ལྷན་པ་མའི་ཞི་འཇམ་སེམས་གསོ་སྦྱང་ལ་ཆེར་མའི་རིག་བྱ་ཉིད།

སྒོས་བྱུང་བྲོགས་ཀྱི་ཀྱ་རའི་ཆེག་ཀྱང་ན་བ་བསུན་པའི་རྒྱ་རུ་ཟད།

ཁྱོད་དང་བྲལ་བའི་མཇེའ་མོ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱོ་གདུང་པ་མཐའ་དཔོག་པར་དཀའ།

ཉིན་བྱེད་འོད་དང་སྒྲ་དཀར་ཟེར་མས་རེས་ཀྱིས་བསྐྱངས་པ་ས་འཛིན་དཀར་པོའི་སྐྱོད་ཆལ་མཆོག།

སྔན་གྱི་ཆེ་ན་སྐྱོད་ཉམས་ལྷན་ལ་སྒོ་བག་ཕེབས་པའི་ཆས་ཀྱི་ཞིང་ས་གཅིག་ལུ།

ཡིན་མོད་སྒོ་བྱར་འཐོར་སྤྱང་དྲག་པོས་དྲོད་ལྷན་ཉི་མ་རྒྱ་བྱ་མའི་བྱིམ་དུ་བདས།

འོད་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཀྱི་བ་གཞིན་ནུ་བར་མེད་འཁྲིགས་པའི་སྤྲིན་རྩ་ཟབ་མོའི་གོ་རུ་བཅུད།།
 ཁོར་ར་ཁོར་ཡུག་མུན་པ་གཏིབས་ཤིང་གང་ལྷགས་ལྷང་བས་གངས་རི་དཀར་པོའི་འོད་མདངས་ཉམས།།
 རྩོགས་དང་རྩོགས་སུ་གཅན་གཟམ་གདུམ་པོས་ངར་སྐད་སྒྲིག་ཅིང་འུག་པ་ཅན་པོས་ལྷས་ངན་གདོང་།།
 མཚན་མོ་རྩུ་དག་ལྷགས་ཀྱི་སྤེར་མོ་གང་སར་བབས་དེ་གངས་ལས་སྤྲིས་རྣམས་ཀྱན་ནས་བཅུམ།།
 འཛིགས་རུང་གནས་འདིའི་ཡུལ་ལུང་སྤོང་བཅུད་གང་ལ་བལྟས་ཀྱང་དཔྱལ་བ་མི་ཡུལ་མངོན་སུམ་བཞིན།།
 ཀྱེ་མ་ཀྱེ་དུང་གངས་རིའི་ལྗངས་ཀྱི་དབུན་འཁྲུག་མཚན་མོར་རྒྱང་གཉིས་པ་རྣམས་རང་དབང་བྲལ།།
 ཀྱེ་རྟོ་བཅུལ་དཀའ་དབུན་ཀྱི་ར་བའི་མཚན་རིང་ཡིན་ལ་འཆར་བར་དཀའ་བ་ཉིན་མོར་བྱེད།།
 མཐོང་བར་དཀའ་བ་བསིལ་སྤྲིན་དབང་པོའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡིན་ལ་བཟོད་པར་དཀའ་བ་གང་ངར་མཚོན།།
 འོན་དང་དཔའ་སྒོ་སྤྱིང་སྤྱིབས་མ་འཁུམས་གངས་སྤྲིས་ངར་མའི་ལྷ་གྲུ་དག།
 སྤྲན་གྱི་སྤོར་མོ་ཕྱིས་དེ་ལྷས་ལ་སྤྲན་གྱི་དབང་པོ་གདང་ནས་གསོན།།
 གར་རྩོགས་མཁའ་མཐའ་སྤྱི་སྤྲར་སྤྱི་འོད་སྤྱི་འོད་པའི་ལྷས་བཟང་དང་།།
 གསལ་ལ་སྤྲན་པའི་སྤྱི་དབྱངས་སྤྱི་འོད་ཀྱི་མ་བྱེད་པའི་མཐོན་པའི་དབྱངས།།
 འོངས་ཤོག་འོངས་ཤོག་མོངས་གཉིད་དྲ་རྩ་ཡོངས་སུ་གདོར་དེ་ཡར་འོངས་ལ།།
 སེམས་ཀྱི་རེ་ལྷས་མདུན་ལ་ཡོད་དང་བྱོད་ཀྱི་སྤྱང་བ་མདུན་ན་ཉི།།
 གོམ་པའི་འཛིགས་འཛིག་མདུན་ལ་བསྐྱར་དང་དགོས་འདོད་ནོར་བུ་མདུན་ན་མཆིས།།
 དོན་མེད་བྱེལ་འོའི་བྱ་གཞག་སྤྱིར་དང་དཔུང་གདང་སྤྱིལ་ནས་མདུན་དུ་བསྐྱོད།། ॥

ཀུན་དགའ་དོན་གྲུབ།

འགྲིས་ཀྱི་མཆོས།

༡༡། ཁང་རང་སྐྱོན་གཞོན་དྲུག་ནས་དོན་དག་མང་པོ་ཞིག་མཐུན་ཆར་
འདྲག ལམ་ལུམ་གན་གོན་སྲུ་ཞིག་ལ་ཁ་གདང་གཙོག་དགོས་ཅི། ངོས་
ནས་སྐྱག་རྩུན་དང་སྤྱེལ་ལད་ཀྱི་ཐབས་མཆོག་ཅི་རིགས་བརྩལ་བ་ཡིན།

མི་གཞན་གྱིས་བཤན་པ་ཤུལ་ནའང་། ཁོ་ཚོའི་བསམ་བློ་མཐུན་
བཞིན་དྲུག་ཞེས་རྒྱང་མཇེད། གྲོགས་པོ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཚོར་མགོ་སྐྱོར་གནང་བྱེད།
ངའི་མཐུན་ཅུལ་གྱི་ཉིང་བཅུད་དྲུག་བཅིས་ཆོག འདི་དག་ལ་སོགས་པའི་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་མང་པོ་ཞིག་ལ་ང་རང་སྤྱོད་མ་ནས་སྐྱགས་ཆིམས་ཞི་
དག་ཡོད།

ཡིན་ནའང་མཐུན་ཅུལ་ལའང་འཕེལ་འབྱིབ་དང་བྱི་གང་ཡོད་ཆོད་
རེད། ན་ནིང་གཞིས་ནིང་ཞིག་ནས། ང་རང་ཅུང་ཙམ་དབྱ་འཕྲུལ་འདྲ་བྱུང་
བྱུ་མང་པོ་འདྲག ལྷག་པར་དྲུ་ཕྱི་སྤྱོད་བོད་རིགས་སྤྱན་ཟེའི་ཁྲོད་དྲུ་ཆིབས་
བསྐྱར་བསྐྱངས་རྒྱུ་སྤྱོད། དཔལ་འབྱོར་ཉམས་ཉིན་དང་གཟུགས་གྲིབ་འབྲལ་
མེད་ཀྱི་སྤྱོད་ཐུབ་པའི་གྲོགས་པོ་ཆགས་པ་དང་། བཞིས་ཐ་དང་བཞིས་ལག་
དོག་ཙམ་མཆོད་ཁར། འོ་མ་སྤྱོད་བཞེར་མཁས་པའི་མཇེའ་ན་མོ་ཞིག་ཀྱང་
མཇེལ་བས། རྒྱུ་ཉམས་ཞིག་མ་བསྐྱན་ན་ངོ་ཆ། སྤྱོད་བྱེད་ཅེས་ན་ནི་ཀྱན་
དགའ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་གཡུལ་བཤམས་ཅིས་བྱེད། རྒྱུང་རྟེན་ཀྱང་ཕལ་ཆེར་
སར་གཡུག་པ་འདྲ། སྐྱག་ཐོག་ཁྱེད་བཅེས་ཀྱི་ཉི་མ་དམར་པོ་ང་རང་གཙོག་

པོའི་དབུ་སྒྲིང་དུ་གར་བ་མིན་ན་ཅི་ཡིན།

རབ་བྱུང་བ་འགའ་ཤེས་པ་ལས་དེ་ཞབས་བརྟན་འབྲེལ་བ་སྐྱེ་བ་
དགོངས་ན། ཆེ་ཕྱི་མར་བསོད་ནམས་བསམས་པ་ལས། ད་ལྟ་རང་ཟེར་ན་
ད་དུང་བྱ་ལོན་མང་པོ་ཞིག་བཞེས་སྒྲིའི་ཉིན་ཁ་འདྲག །

གསལ་ཆོད་ཅིག་ལ། བྲེ་ལྷན་དུ་སྒྲིམ་བུ་བུ་དང་ལྷན་མང་པོ་ཡོད་པ་
ཤིང་ཁྱེད་ཀྱི་འདྲག་གཞུང་ནས་བཀག་འཁོག་ཤིང་ཁྱི་ཡོད་ཆོད་འདྲག་ཀྱང་།
ཞི་དྲག་དམ་པོ་ཡིན་ས་མ་ཤིང་། ཀྱན་དགའ་དོན་གྲུབ་མང་པོ་སྤུལ་མཁན་
ཡོད་ན། མཆོད་ཡོན་གཉིས་ཀ་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་ཤིང་། རང་ཉིད་ཨ་
མཆོད་ཅིག་བྱེད་དགོངས་ན། མཛེས་ན་མོ་དང་། བཞེས་ཐ་བཞེས་རག་
དད་པ་སོགས་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་འདྲག་སྒྲིམ། ལྷགས་པ་
བཙུན་གཟུགས་ཅམ་མཛེད་ནའང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཉི་ཤིང་གང་ན་
ཡོད། དེ་མིན་ནའང་ཐེ་ལྷན་དེ་ཆོ་བུམས་སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་པས། སྐྱེ་
སེར་ཁྱད་མེད་དུ་སྒྲིམ་བུ་བུ་གནང་གི་ཡོད་ཆོད།

ཨ་ཏཱི། དེང་སང་ནངས་ཀ་ལྷུང་ས་གཅིག་ལ་ལྷུང་འདྲག་ ཐུགས་
གཞིགས་ཇི་ལྟར་མཛེད་ཀྱང་མི་ཀྱན་དགའ་བ་སྒྲོར་མོ་དང་། དོན་ཀྱན་འགྲུབ་
བྱེད་སྒྲོར་མོ་ཤིང་། དགའ་ཞིང་གྲུས་པའི་ང་རང་གི་སྒྲོར་ལྷ་གང་དུ་བཞུགས་
ཡོད་ལགས།

ཀྱན་དགའ་དོན་འགྲུབ་ཀྱི་ཞབས་ལ་སྐྱེ་བས་སུ་མཆིའོ།

ཕྱིར་བློན་གྱི་གདུང་བ།

གངས་ལྗོངས་

དྲངས་བསྐྱོད་གྱི་མཚོ་མོ་ནས།

ཡིད་འོང་གི་ངང་པ་རྒྱང་གཅིག།

གཤོག་རྒྱང་དུ་གྱི་བརྒྱུངས་ཏེ།

མཚོ་མཐོང་ལ་འཕྱར།

ཨ་ཕྱིན་གྱི་ཕྱིན་གསེབ་ན།

ཅུལ་ལྗོངས་གྱི་སྐྱེལ་མོ་ཆ་གཅིག།

གཤོག་འགྱུར་གྱི་ཅུལ་དབྱུ་སྐྱེལ་བཞིན།

ཀྱན་གསལ་གྱི་མཐོང་ལ་འཕྱར།

དེ་དྲུག་སྟོང་སྐྱེལ་ཁྱིམ་དུ་ན།

འདས་ཟིན་པའི་ལོ་ཟླའི་ནང་དུ།

གྱེས་བྲལ་གྱི་གདུང་བ་བསམ་ལས་འདས།

མདང་དགོང་། ཁོ་པོ་གཅིག་ཕྱི་སྐྱེལ་ལན་མང་བསྟོད་པའི་

སྐྱེལ་ནས་གི་ལམ་དུ་ཞུགས་ཤིང་།

འདས་ཟིན་པའི་འཚོ་བ་ཕྱིར་བློན་ཐོངས་ཤིག་བྱས།

ཞེ་གཞོན་མཁའ་རྩ་འཕྱུར་ཞིང་།

སྐར་ཚོགས་ཟིམ་ཟིམ་འཕྱོད་པའི་དགོང་མོ་དེས།

སྐྱོབ་གྲུའི་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཕྱོད་ཤིང་འོག་ནས་འཕྱུར་གཉིས་འཕྱར།

ཁྱིམ་གྱི་ཕྱག་རྒྱང་གིས།

བདག་གི་ལག་པ་བཟུང་།།

དུང་བའི་བྱར་མིག་དང་བཅས།།

སྤྱད་སྤྱག་མཉམ་དུ་རྩལ་ཟེར།།

བདག་གི་སེམས་འགྲུལ་གྱི་མགྲིན་པ་བརྒྱུངས་ནས།།

མགོ་བོ་གྲག་ཅམ་བྱས།།

དཀར་གསལ་གྱི་ཁྲ་བ་སྤྱིན་གསེབ་དུ་ཡིབ་ཞིང་།།

སྐར་ཚོགས་རྣམས་ཀྱང་རིམ་གྱིས་བྱེར།།

ཁྱེད་ཀྱི་དྲོད་འཇམ་གྱི་ཕྱག་གིས།།

བདག་མགྲིན་འཁྱུད་།།

བེམ་པ་ལྟར་དམར་བའི་མཆུ་སྤྱོས་བྱུང་ག་

ལེར་འཕྲད།།

སྤྱང་ཆུང་གི་འཕར་ཁྲིང་གིས།།

ཡིད་སེམས་ཀྱི་གསང་བ་བསྐྱགས།།

སྤང་ཅི་ལྟར་མངར་བའི་མཆུ་འདབ་བྱུང་དམ་དུ་འཕྲོད།།

དམར་ཆུང་གི་སེམས་གཉིས་འོ་ཆུ་བཞིན་འདྲེས།།

གཡོ་མེད་ཀྱི་དྲིང་འཇིན་རོ་དེ་གཉིས་ཀས་མུངས།།

དྲི་བཞིན་གྱི་རེག་བྱ་འཇམ་པོས་ཚོར་བདེ་བསྐྱེད།།

ཁྲ་བས་སྤྱིན་གསེབ་ནས་སྐྱོག་བལྟ་བྱེད་ཅིང་།།

སྐར་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་ཀྱང་རང་འོད་སྤྱོས་ནས་བལྟ།།

ལྷོན་གིང་གི་ལོ་མ་ལྷང་བའི་སྒྲ་དེ་རིམ་གྱིས་ཇི་གསལ་དུ་འོངས།

བདག་གི་འདི་ལྟར་བསམ་ཞིང་ཀྲོག་ཀྲོག་གི་ལམ་དུ་ཕུ་མཐུད་ཉུགས།

གོམ་སྒྲ་དང་ལྷན་དུ་ལྷིང་བའི་སྤྲིང་ཆུང་གིས།

དམ་གཏུང་གི་སྤྱལ་བཟུལ་དག་དུ་བསྐངས།

བཙོས་མིན་གྱི་དུང་སེམས་དེ།

མིག་ཆུ་དང་འདྲིས་ནས་བཞུར།

ཀ་ཡི། བདག་སྤྲིང་གི་མེ་དོག་ལགས།

དུངས་གཙང་གི་མིག་ཆུ་དང་འདྲིས་པའི་དྲི་བུལ་གྱི་སེམས་པ་འདི།

རེ་སྒྲིན་གྱི་བསིལ་རྒྱང་དང་འགྲོགས་པའི་ལྷག་བསམ་གྱིས་ཁྱེད་སར་

བསྐྱུལ།

དེ་ནི་རྒྱང་རིང་གི་ལེགས་སྤྱིས་དང་མ་མེད་ཀྱི་བཙེ་དུང་ངོ་།

ཐོག་མའི་བཙེ་དུང་།

སྒྲ་དཔུངས་ནས་བྲིས།

༡༡། །ལམ་འགམ་གྱི་ལྷང་སྤྲོང་འོག་དུ་གྲིབ་བསིལ་དང་རྒྱང་འཇམ་པོ་ལྷིང་
བས་ཆ་བ་མེད་ལ། ངལ་གསོ་བྱེད་ས་ཏ་ཅང་འཆམ་པོ་རེད། དེ་རིང་ནི་
གཟའ་ཉི་མ་ཡིན་པས་བྱ་བ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་མེད། གསར་དུ་བྱ་བ་ར་ལ་
འགྱུར་བའི་སྒོ་བཟང་དོན་གྲུབ་ནི་ལྷང་སྤྲོང་འོག་བག་ཕེབས་པའི་ངང་གན་རྒྱུལ་དུ་

ཉལ་ནས་བསྐྱད་ཡོད། ཁོ་མོ་མང་པོའི་ཁྲོད་དུ་སོང་ནས་སྒྲིད་སྒྲིད་མི་གཏོང་
 བར་ཁེར་འགྲོ་ཁེར་འདུག་བྱེད་མཁན་ཞིག་རེད། མ་གཞི་ཁོ་ས་ཆ་འདྲིའི་མི་
 རྣམས་ལ་མ་འདྲིས་པས་སམ། ཆ་གྲང་སྟོམས་པས་གཟུགས་སྤང་མ་བདེ་
 བའམ། ས་ཡུལ་གངས་ལྗོངས་དུན་པ་གང་ཡིན་མི་ཤེས་ཡོད། ཁོ་ང་ཚོའི་
 སློབ་གྲོལ་ནང་དུ་ཁྱེད་ལྷག་འགོར་ཡོད་ན་ཡང་དགོ་ཆུན་མ་གཏོགས་མི་གཞན་
 ལ་ཆིག་གཅིག་ཀྱང་བཤད་སྟོང་ཡོད་པ་མ་རེད།

སློབ་གྲོགས་སྐལ་བཟང་སྟོལ་མ་ཐད་ཀར་སློབ་ཐང་དོན་གྲུབ་ཡོད་སའི་
 ལྷང་སྟོང་འོག་དུ་སླེབས་ནས་གྲོགས་པོ་ལགས་བསུན་སྟངས་སྒྲིས་པ་མིན་ནམ།
 ཟེར་ནས་ཚུར་འཆམ་བདེ་ལྟར་དྲིས་སོང་། ཁོ་སྟུ་ཟེང་ངེར་གྱུར་ཏེ་སློབ་ཕྲུང་
 ཙོག་ཕྲུང་བསྐྱད་ནས་མི་……མི་སུན་གི་……མི་སུན་གི་ཞེས་འཆལ་འཆུབ་དང་
 བཅས་དེ་ལྟར་བཤད་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྐལ་བཟང་སྟོལ་མ་སྟོད་སྟོད་ངང་སར་
 བསྐྱད་དེ་དེ་རིང་གནམ་གཤིས་གང་དོད་སྟོམས་པས་ཉ་ཅང་གི་སྒྲིད་པོ་རེད་ཅང་།
 ཟེར་ནས་ཁ་བརྒྱད་པའི་འགོ་བཙུགས་བྱུང་། སློབ་ཐང་དོན་འགྲུབ་དེ་ལས་
 བཞེག་སྟེ་མགོ་བོ་སར་སྐྱད་ནས་ཚུར་གཅིག་ལའ་ན་ལན་རེ་རེ་ཅམ་ལས་མ་
 བདུབ་པར་ཅུང་ཟད་ལུས། ག་ལེར་མིག་གི་ཟུར་ནས་ཕར་བལྟས་པས་ན།
 གཞིན་ཏུ་མ་དེ་ནི་མིག་ཉ་ཅང་མཛེས་པ་ཞིག་མིན་ན་ཡང་གདོང་སྒྲིའི་ཆ་ནས་
 མཛེས་སྒྲུག་གི་ཉམས་ཞིག་ཤར་ཡོད་ལ། འཇུམ་མདངས་ཞིག་ཀྱང་ཤར་ཡོད།
 བདག་གི་སེམས་སུ་བཅེ་དུང་ཟེར་བ་གང་ཡིན་མ་ཤེས་ཡོད། གང་ལྟར་ཡང་
 གྲོགས་མོ་དེར་དགའ་བ་ཞིག་སྒྲིས་བྱུང་།

ཡིན་ནའང་ངོ་གདོང་གནག་ནས་ཁྲིད་ས་ཡུལ་ག་ནས་ཡིན་ཞེས་དྲིས་

པས་ན། མོས་ང་ནི་རྒྱ་ལ་དུ་སྐྱེས་པའི་མི་ཡིན། དེང་སྐབས་འཛིན་གྲ་བརྩ་
 གཉིས་པ་ཡིན་ཞེས་ལམ་སངས་ལན་བརྒྱབ་པ་མ་ཟད་ངའི་ཕ་མ་གཉིས་ནི་ལྷ་ས་
 འཕན་པོའི་ས་ཆ་ནས་ཡིན། རྩོན་ཆད་ཀྱང་མཁའ་གིས་བོད་ལ་བཅན་འཇུག་
 བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཚུར་བྱོས་འོང་ནས་ད་སྐབས་ཀ་ལི་ཀ་ཏ་ན་གཞིས་ཆགས་
 ཡོད་པ་ཡིན། ཞེས་བཤད་ཇིས་ལག་པ་ཚུར་བསྐྱལ་ནས་དཔེ་ཆ་དེར་ངས་
 བལྟ་ཟེར་ནས་ངའི་ལག་གི་དབྱེན་ཇིའི་སློབ་དེབ་གོམས་པ་དང་པོ་ཟེར་བ་དེ་
 ཕར་སྤངས་ནས་གཅིག་བལྟས་ཇིས་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པ་ལ་དཀའ་ལས་ཁག་གིན་ཞེ་
 འདུག སྤྱིར་བོད་ཡུལ་ནས་ཚུར་འོང་བ་འདི་ཚོ་བོད་ཡིག་ཐོག་ལ་ཆུ་ཆད་
 མཐོ་མོད་སྐད་ཡིག་གཞན་གྱི་ཐོག་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་མིན་པས་ཞེས་ཚུར་ལབ་པས་
 ན། རེད་ཡ། དཀའ་ངལ་ཅུང་ཟད་ཡོད་ན་ཡང་ང་ཚོས་གཞོན་ནུ་རྣམས་
 ཀྱིས་ཏུར་བཙོན་གྱིས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ཏེ། བོད་ཡུལ་རྣམ་པ་གསར་པར་མ་
 བསྐྱུར་ན་མི་རབས་ཇིས་མ་ཡང་མྱོངས་པའི་གཉིད་ལས་སངས་དཀའ་ལ་།
 ཕ་མེས་ཡང་མེས་ལྟར་ཁྲག་བྱོན་གྱི་གཞུང་རྒྱུན་ཆད་པར་ནི་དེ་བས་ཀྱང་དཀའ།
 ཞེས་བཤད་པ་ན་མོའི་ཡིད་མེས་མཁྱེན་པའི་རྣམ་འགྲུར་དང་བཅས་.....ང་ཚོ་
 གཞོན་ནུ་ཚོར་རགས་ལས་ཡོད་པ་རེད། ཞེས་སོགས་ངེད་གཉིས་ཀྱིས་ཕན་
 ཚུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་རང་རང་གི་བསམ་པ། མ་འོངས་པའི་མདུན་ལམ་ལ་
 ལབ་སླེང་མང་དྲགས་ནས་ཉི་མ་ཡང་དམར་ཐག་ཆོད་ཡོང་། ཇིང་གཉིས་
 མཉམ་དུ་ཡར་ལངས་ནས་དལ་བུས་སློབ་གྲུའི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་
 འཛིག་རྟེན་ནི་ཅི་འདྲའི་མཛེས་སྤྱད་ལྟན་ལ། མི་ཚོའི་འཚོ་བ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་
 མཛེས་སྤྱད་ལྟན་པའི་ཀ་རེད། ལམ་འགྲམ་དུ་སྐྱེས་པའི་སྤྱིད་ཆལ་ལས་མི་

དོག་གི་མགོ་ལྟོགས་ལྷེམ་ཞིང་བྱང་པ་རྣམས་ཀྱང་ལྷིང་བསྐྱར་བྱེད་བཞིན་མེད་ཀྱི་
གི་བཅུད་ལ་རྟོལ། ཡལ་ག་ཅན་གྱི་གསེབ་ན་བྱ་དང་བྱེའུ་རྣམས་ཀྱི་མགྲིན་པ་
ལས་གསལ་ལ་མེ་གསལ་བའི་སྒྲ་སྒྲོགས་པ་ནི་ངེད་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་ཕྱག་དོག་
གིས་ཙཱ་འདྲི་བ་དང་མཚུངས། སྒྲོབ་བྱའི་སྒྲ་ཆེན་ཐག་ཇི་ཉི་ཇི་ཉི་ཉི་ཉི་ཉི་ཉི་ཉི་ཉི་ཉི་
སོང་། རང་གི་ཉལ་ཀྱང་ནང་དུ་མི་ལོག་རང་ལོག་རེད།

དེ་ནས་གཟུང་ཉི་མའི་ཕྱི་དྲོ་ངེད་གཉིས་སྐྱོན་དུ་ལུང་སྒྲོང་དེའི་རྩ་
འཛེམས་བྱུང་། ས་ག་ཁྲ་བའི་ཕྱི་དྲོ་ཞིག་ལ་ཡང་འཛེམ་བྱུང་། དེ་རིང་སྐལ་
བཟང་སྒྲོལ་མའི་ཕྱག་གི་སྒྲོལ་ལྷ་འདིའི་ནང་དུ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དམ་བསམ་ནས་བྱིད་
དེ་རིང་གཞན་ཞིག་དུ་འགྲོ་སྐྱོ་མིན་ནམ། སྒྲོལ་ཞིག་བསྐྱམས་ཡོད་པ་ཅི་ཡིན་
ཞེས་དྲི་པ་ན། གང་ལའང་འགྲོ་ཡི་མེད། འུ་གཉིས་ལ་སིལ་དོག་ཅིག་ཁྱར་
ཡོང་བ་ཡིན་ཞེས་བཤད་ཞོར་དུ་སྒྲོལ་ནང་ནས་ཀ་ར་དང་སིལ་དོག་ངའི་ལག་དུ་
གཏད་བྱུང་། ལག་མཐིལ་དཀར་ལ་སེན་རིས་ཅུང་ཟད་དམར་བའི་འཛེམ་
མཉེན་ཕྱག་ཀྱང་མཛེས་ལ་སིལ་དོག་ཀྱང་མཛེས། ལག་གི་སིལ་དོག་ལེན་ཞོར་
དུ་གདོང་ལ་བལྟས་པ་ན་གདོང་ནི་དེ་བས་ཀྱང་མཛེས།

ངས་སིལ་དོག་ཟ་ཞོར་དུ་བྱུང་རིང་གི་རི་བོ་དང་ཆུ་བོ་ལྟོན་གིང་ལ་
སྟོགས་ཕྱི་སྒྲོང་གི་འཛིག་དེན་ལ་སེམས་རྣམ་པར་གཡོང་བའི་སྐྱབས་ན་མཁུན་
དུ་གོ་ལྷམ་ཞིག་བཞག་ནས་འདི་བྱིད་ཀྱིས་གོན་ཟེས། ངས་མི་གོན་ཞེས་བཤད་
པ་ལ་འདི་མ་གོན་ན་བྱིད་ཀྱིས་ང་ལ་གྲོགས་ཀྱི་བཅུ་སེམས་མེད་པའི་དྲགས་
ཡིན་ཞེས་བསྐྱར་ར་དང་བཅས་པའི་ཆེག་བཤད་པ་ན་ངས་ཀྱང་མི་གོན་རང་
དབང་ཅི། ངེད་གཉིས་ཀྱི་སྒར་ལྷ་ཡར་མར་སྟོད་གསུམ་གྱི་སྐད་ཆ་མང་པོ་

ཕར་ལབ་ཚུར་ལབ་བྱས། ཉི་མ་ཡང་དལ་གྱིས་དལ་གྱིས་རྒྱབ་པའི་བག་ལ་
 ཞ། ཤར་ཕྱོགས་ལས་དཀར་ཞིང་གསལ་བའི་དྲུང་གི་རྩ་བ་རང་གི་ཆ་ཤས་
 ཡོངས་སུ་ཐོགས་པར་བྱས་ནས་ངེད་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་ལྷད་མི་ལྟ་བུར་ལྷགས་
 པ་དང་མཚུངས། མཚན་མོའི་འཛིག་རྟེན་ནི་ཁྱ་སེམ་མེར་གནས། ངེད་
 གཉིས་རང་རང་གདོང་ལ་ཕྱོགས་ནས་འདྲོད་པའི་གདམ་སྒྲ་ཆོགས་སྒྲིམ་པའི་
 མཐར་ཕན་ཚུན་སླེ་ལ་འཁྱུད་པ་དང་། རིམ་གྱིས་ཁ་ལ་ཁ་སྦྱར་བ་སོགས་
 མདོར་ན་མཚམས་སྦྱར་གྱི་བྱ་བ་ཐོགས་པར་བྱས། སློབ་བཟང་དོན་འབྱུང་དང་
 སྐལ་བཟང་སློབ་མ་གཉིས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དྲིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྒྲིམས་པར་བྱགས་
 སོ།།

བྱ་མོ་སྐལ་བཟང་སློབ་མ་གང་གསལ་མ་གཏོགས་ང་ནི་ད་ལོ་ཕོ་ལོ་བཅུ་
 དག་ཡིན་ཡང་འདི་ལྟ་བུའི་བྱ་བ་སྦྱིད་པོའི་འཆོ་བ་ཞིག་རེལ་མ་མྱོང་། དེ་ལྟར་
 དུས་ཡུན་ཅུང་ཙམ་འགོར་རྗེས་རང་གི་ལག་པས་མོའི་ལག་པ་ནས་འཇུག་ཞིང་
 ལམ་འབྲམ་དུ་ཉལ་ཡོད་པ་ད་བཟོད་ཏུ་གོ་བྱུང་བ་ལས། ཐུན་གྱི་བྱང་སྤྱང་
 དག་གིས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་འདི་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱི་རང་བཞིན་ལས་མ་
 འདས་གསུངས་པ་ནི་ཕལ་ཆེར་ཁོ་ཆོས་འདི་ལྟ་བུའི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་འཆོ་བ་རེལ་
 མ་མྱོང་བས་མིན་ནམ་བསམ་བྱུང་། ཁོ་གཉིས་མཉམ་དུ་ཡར་ལངས་ནས་
 རང་རང་འདྲག་གནས་སུ་བསྐྱོད། ལྟ་བུའི་གསལ་ཅན་གྱི་སློབ་གྲིའི་ཐོག་ཁ་ན་ཏ་
 ཅང་གསལ་བའི་སློབ་སྒྲིམ་འོད་ཀྱིས་ར་སྒྲོར་ནང་ཐམས་ཅད་ལྷམ་མེར་གསལ།
 སློབ་གྲོགས་རྣམས་ནི་གཉིད་ལ་ཡུར་ནས་རང་རང་གི་མལ་ཁང་ན་མི་ལམ་སྒྲུ་
 མའི་བྲོ་གར་ལ་གཟིགས་བཞིན་པའི་སྤྱང་རེད། ངེད་གཉིས་ཀྱང་རང་རང་གི་

མལ་ཁྲི་ལས་.....ཡིན།།

དེ་ནས་བཟུང་ངེད་གཉིས་ཀས་ཉམས་མྱོང་བཞི་རེ་བྱས་ཏེ་སློབ་སྦྱང་
 ཟུགས་ལ་དུས་ཚོད་དམ་འཛིན་བྱས་ནས་སློབ་བཟང་དོན་འབྲུབ་དཀའ་ངལ་ཞིག་
 དང་ཕྲད་ན་སྐལ་བཟང་སྒྲིལ་མས་སེལ་ཐབས་བྱས་ཞིང་། སྐལ་བཟང་སྒྲིལ་མ་
 དཀའ་ལས་དང་ཕྲད་ན་ཁོས་སེལ་ཐབས་བྱས་པ་རེད། སློབ་བཟང་དོན་འབྲུབ་
 གྱི་གོན་པ་སོགས་ཀྱང་ངལ་གསོའི་དུས་ཆེགས་སུ་སྐལ་བཟང་གིས་བཀྲ་བ་
 སོགས་མདོར་ན་ཁོ་གཉིས་ཀའི་བཙེ་སེམས་ནི་ཆུ་དང་འོ་མ་བཞིན་དུ་འབྲེས་
 ནས་ཁ་བུལ་མི་ཐུབ་པའི་གནས་སུ་གྱུར་ཡོད།།

ཉིན་ཞིག་གི་མཆན་མོར་ངེད་གཉིས་སློག་བརྟན་བལྟ་རུ་སོང་། ཕྱིར་
 འོང་བའི་ལམ་ཁར་རྒྱ་གར་བའི་ཕོ་གསར་འགའ་ཤས་དང་ཕྲད། དེ་རིང་ར་
 ཆེ་བད་སྤང་ཁའི་སྒོ་ཁར་སླེབས། འབྲུ་ཆེ་བད་སློགས་མའི་ཆང་སྒོར་སླེབས་
 ཟེར་བའི་དཔེ་རེད། ངེད་གཉིས་ལམ་གྱི་གོང་དུ་བྱད་ན་ཁོ་ཚོས་གོང་ནས་
 བཀག་ཅིང་། ལམ་འོག་དུ་བྱད་ན་ཁོ་ཚོས་ཀྱང་ལམ་འོག་དུ་ངེད་གཉིས་ཀྱི་
 འགྲོ་ལམ་བཀག ཐད་ཀར་འོང་བ་ན་མི་འགའ་རེས་ཁོ་མོ་ལ་འཇུས་ནས་
 བཅན་གཡེམ་བྱེད་འགོ་ཚུགས། མི་འགའ་རེས་ངལ་རྒྱང་དེག་བྱས་མོས་སྤང་
 གོས་དུམ་དུ་གདོར་ནས་གཡེམ་སྦྱར་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་ལ་མོས་འུ་ཚུགས་ཀྱིས་
 འགོག་གོལ་བྱས་ཀྱང་དུད་འགྲོའི་བྱ་སྦྱོད་ཅན་དེ་དག་འགོག་གལ་བྱས། སློ་
 བཟང་དོན་འབྲུབ་བཟོད་སྤྲོད་སྐལ་བཟང་སེལ་པས་ལག་པས་ཉལ་བ་ན་དོ་ཞིག་ལག་
 དུ་འོང་བ་དེས་གཞུ་ཐེངས་གཅིག་གིས་མི་གཅིག་བརྒྱལ་བར་བྱས་མོད། འོན་
 ཀྱང་མང་སྤེ་ཉུང་གིས་མ་བརྟན་པར་མཐར་ང་རང་རྒྱང་དེག་བྱས་པའི་ཉེས་ཆད་

གྱིས་བཙོན་ཁང་ལ་ཅིས་སྤྲད་པ་རེད། ལག་པ་ལྷགས་སྒྲིག་གིས་བདགས་དེ་
 བཙོན་ཁང་གི་ལྷགས་ཀྱི་སྤྱི་ཁྲིམས་ལ་ནས་ཕྱི་ལོ་དྲུ་བཅུ་ལ་མ་
 འབབ་པའི་ཆར་དང་། ལྷན་པ་ཡང་འགས་པར་སེམས་པའི་འབྲུག་སྤྱི་སྤྱོད་
 ཅིག་ལ་འབྲུགས་ནས་ཡལ་བའི་སྒྲིག་དམར། ཉ་ཅང་ལྷན་པ་ལྷན་ནག་གི་
 བཙོན་ཁང་བཅས་ཀྱིས་ང་ལ་སྒྲི་བའི་སྤྱང་བ་དང་། དྲན་པ། འཁྱོད་པ་བཅས་
 དྲིན་པས་མིག་ལས་མཆི་མའི་རྒྱན་སྒྲ་ཅིར་བབས་དེ་རང་དབང་མེད་པར་སྒྲི་བྱ་
 ཞིག་ངག་ལས་ཤོར་བ་འདི་ལྟར།

སྐལ་བཟང་ཡ། སྐལ་བཟང་སྒྲོལ་མ་ལགས། བྱིད་རང་དང་ཁ་
 བྲལ་བའི་ཉིན་ནས་བཟུང་ང་ལྷན་ནག་གི་བཙོན་ཁང་ནང་དུ་བྱིད། །ཡན་ལག་
 གི་ལྷགས་སྒྲིག་གིས་བསྐྱམ་ནས། ལྷགས་སྒྲོ་དང་ལྷགས་ཀྱི་སྤྱི་ཁྲིམས་ལ་ཅན་གྱི་
 ལྷན་པའི་ཁང་ཆེན་ནང་དུ་བཅུག་ཀྱང་རུང་། བྱིད་དང་ཁ་བྲལ་བའི་རྒྱག་བསྐྱལ་
 གི། དེ་ལས་ཀྱང་ལྷག་་་་དེ་ལས་ཀྱང་ལྷག་ མགོ་བོ་ཡང་ཚུད་པར་དཀའ་
 བའི་སྤྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་དྲ་མིག་ལ་འཇུག་ནས་ཕྱི་ལོ་དྲུ་བཅུ་ལ་མ་ དྲག་
 ཆར་དང་འགྲོགས་པའི་རྒྱང་དང་འབྲུག་སྤྱི་སྤྱོད་ ཀྱི་རྒྱང་ང་ལ་སྒྲི་སྤྱང་ཞིག་དབང་
 མེད་དུ་དྲིན་བྱང་། རེད་གཉིས་མ་གྱི་གསོན་བྲལ་བྱས་པའི་སྒྲི་གཏུང་གིས་
 བདག་ལ་མནར། ད་ནས་བཟུང་ངའི་ཆེ་སྒྲིག་ཤིལ་པོ་བྱིད་ལ་ཕྱལ་བ་ཡིན།
 བྱིད་ལ་ཕྱལ་བ་ཡིན། ॥

ཀ་ཙམ།

རབ་གསལ་གྱིས།

ཀ་དག་སྤྲོས་པའི་ཀུན་བཟང་དམ་པའི་གཤིས། །ཁ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་སྤྲོས་མེད་དོན་ཤིང་ཁམས།
 ཀ་ལེར་རྟོག་པའི་ཅིང་ཞིབ་སྒོ་འདས་ཡུལ། །ངར་འཛིན་འཛོམས་མཛད་དེ་ལ་སྤྱིང་འདི་མོས།
 ཅ་ཅའི་གཏམ་གྱིས་ཅི་དགར་བསྟད་ཚོད་ལ། །ཆ་གས་ལྟོས་བྱུང་རྟེན་འབྱུང་པ་མའི་འཕུལ།
 ཇ་སོགས་འདོད་པའི་ནོར་ལ་རབ་འབྱེད་པའི། །ཉ་ཉ་སེམས་ཅན་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་སྐད།
 ཏ་ལ་ལུ་ལྟར་རབ་གསལ་རྣམ་དཔྱད་ཀྱིས། །ཐ་དད་འགྲོ་བའི་རང་གཤིས་ལ་གཞིགས་ཆེ།
 ད་ལྟར་ཚོས་མྱོང་ཞིང་སྤང་བ་ཡི། །ན་ན་ལ་སོགས་བདེན་པ་མིན་ནོལ།
 པ་དྭ་ལྟར་འཁྲོག་ལས་རྒྱུད་དང་བསྐྱེད་པའི། །ཕ་མའི་འདྲ་འགྲོད་དགའ་སྤྱོད་ལམ་ལུང་འདི།
 བ་ཕུར་གྱིས་མཚན་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི། །མ་བཅོས་རྟེན་འབྱུང་སྒྲིག་མའི་འགྲོས་སུ་བྱུང།
 ཅ་ཤིང་གནས་བསྐྱར་བདེ་འགྲོ་འགྲོ་བའི་བྱ། །ཆ་བྲང་དཀའ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་མཛད་པའི་བྱ།
 ཇ་ལང་རྣམ་འབྱུར་རྣམ་མཁྱེན་བསྐྱེད་པའི་བྱ། །ལུ་མོ་ལྟོས་ལ་ཀུན་ཀྱང་དམ་པའི་ཚོས།
 ཉ་སེར་འཆང་བ་བསྟན་པ་མཛེས་པའི་བྱ། །ཟ་ལ་ཇམས་པ་སྤིན་པོ་མཛེས་པའི་བྱ།
 ཏ་ལུར་སྐད་གཞག་དུས་ཀྱི་ཚོས་པའི་བྱ། །ཡ་མཚན་འདི་དག་མི་བདེན་འབྲུལ་བའི་བྱ།
 བཅོམ་ལྷོད་མེམས་ཀྱི་མཐུ་བསྐྱེད་ཆེ། །ལ་ལར་སྤང་ཚོས་ཡི་མེད་མཐོང་བར་གསུངས།
 ཏ་ལུས་གདོས་བཅས་རྣམ་སྤྲིན་ཕུང་པོ་འདིས། །ས་ཆེན་བསྟོད་པ་རེ་ཞིག་ཡོང་རེ་སྐྱེ།
 ཉ་ཅང་དཔག་དཀའ་ཡ་མཚན་དངོས་པོའི་ཅུལ། །ཨ་མའི་ཞལ་རས་དྲན་པའི་གསོས་སུ་བྱུང།
 ཏ་ཏ་རང་ལས་གུད་དུ་གནས་པ་ལ། །ཨ་མ་ཟེར་བ་རབ་བཏགས་སྤྱོད་འདོགས་སྐད།
 སང་འབྱུང་རབ་བཏགས་མི་བདེན་དངོས་པོ་དེ། །ཚད་བྱུང་ཀུན་གཞི་སྒྲིག་མའི་སྤྱོད་སུ་བྱུང།

དེ་ལྟའི་གཡོ་བས་བསྐྱོད་པའི་འཛིག་རྟེན་ཁམས། །རབ་བཏུཾ་འཆིང་བའི་སྒྲིམ་གྱིས་བཅིངས་ནས་གདའ།
 མ་བཅོས་རང་སེམས་བྱུབ་མཐའི་འཆིང་བས་བཅིངས། །བྱུབ་མཐའ་འཆིང་བ་ཕྱོགས་ཞེན་སྒྲོང་དུ་བཏགས།
 ཕྱོགས་ཞེན་སྒྲོང་ན་འབྱིང་བལ་ཉམས་ཀྱི་འཚོ། །སྒྲིན་པ་སྒྲིམ་པོ་འདི་དག་སྤྱིང་ལ་གཟུགས།
 བདེན་པའི་དངོས་པོ་ར་སྒྲིས་པའི་མཚན་མ་བཏབ། །རགས་པའི་འཛིག་རྟེན་ཕྱ་ཞིབ་རིགས་པས་བཅའ།
 སྒྲོང་སངས་དབྱིངས་སུ་རྟོག་བཏགས་རྟེད་དོན་བསྐྱབས། །བྱུབ་མཐའ་སྒྲིམ་པོ་འདི་དག་སྤྱིང་ལ་གཟུགས།
 མ་བཅོས་གནས་ལུགས་བཅོས་མའི་གཡང་དུ་བསྐྱུར། །མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཞེན་པའི་བྱིམ་དུ་བཟངས།
 མི་མཐུན་ཡོ་ལང་སྤེལ་བའི་སྒྲིག་ཆེན་པོ། །རང་སྒྲོང་སྒྲིམ་པོ་འདི་དག་སྤྱིང་ལ་གཟུགས།
 སྤྱིང་ལ་གཟུགས་པའི་དངོས་འདི་རྒྱབ་བསྐྱར་ཀྱང་། །སྐད་གཅིག་མི་འབྲལ་རང་གི་བྲིབ་མ་བཞིན།
 བསྐྱད་ཀྱང་མི་འགྲོ་མ་བཅོས་ཆོར་སྒྲོང་འདིས། །དངོས་པོའི་གཤེས་ཤིག་ཅིས་ཀྱང་མཚོན་པར་བྱེད།
 མཚོན་བྱེད་ངག་གི་རིག་བྱེད་ལས་བདོན་པའི། །རྗེན་མའི་རང་སེམས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་འདི།
 བདེ་འབྱུང་རལ་བའི་རྒྱན་དུ་སྒྲིམ་པའི་སྒྲོས། །ལྷག་བསམ་སྒྲོག་གི་ཆོག་ར་འདུ་བར་བྱས། ॥

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གསང་བ་མན་ངག་གི་གཞས་ཆིག་
མཚོ་སྒྲིན་པོ་ཞེས་པའི་སྐུ་ཡི་གཟུ་བྱ་གསང་གཏེར་
འདྲེན་པའི་ཤིང་ན།

ཆབ་བྲག་ནས།

༣༣། །ཀྱི་སྤྱིང་ཉི་བའི་སྒྲོག་མཁན་སྤྱན་གྲོགས་རྣམ་པ། །བྱིད་ཆོས་ལྡང་
 གཞེན་གསར་དེབ་དང་པོ་ལས་མཚོ་སྒྲིན་པོ་ཞེས་པའི་སྐུ་དབྱངས་དེར་མཇུག་
 ཡོད་ངས། །ཡིན་ནའང་བྱིད་ཅག་གིས་གཞས་ཆིག་འདིའི་གསང་བ་མན་ངག་
 གི་བདུད་བརྩེའི་རོ་མཚོག་མུང་ཐུབ་ཡོད་དམ། །འདི་ནི་དེང་སང་གངས་མའི་

འཁོར་ཡུག་ཡངས་པོ་ན། གསར་སྤྱོད་གཞིན་ཏུ་མས་མགྲིན་དབྱངས་
གཅིག་དུ་ལེན་པའི་སྤྱོད་གཞིན་ཞིག་སྟེ། སྤྱོད་གཞིན་འདིའི་འཕྲིན་ལས་ཅི་ཙམ་
གྱིས་རྒྱས་ན་ང་ཚོ་ལ་དེ་ཙམ་གྱིས་རྒྱལ་ཁ་ཞིག་བསྐྱབ་བཞིན་ཡོད། དེ་བས་རྒྱང་
པོར་རྒྱལ་ཁམས་འདིར་ཡང་རྒྱ་རྒྱ་བཞིན་བརྒྱུད་ན་འདྲོད་ཅིང་དེ་མཚུངས་སུ་སྤྱོད་
ཆོག་གི་གཤམ་བྱའི་མན་ངག་གི་བརྒྱུད་ཅིང་ཀུན་གྱིས་ཐུང་ཐུང་ན་སྤྱོད་པའི་ཀུན་
སྤྱོད་གིས་བསྐྱངས་དེ་འདིར་སྤྱོད་གཤམ་བྱ་གོ་སྤྱོད་རྒྱས་བསྐྱབ་སུ་འགོད་པ་ལ་
གཉིས།

དང་པོ་དངོས་བསྐྱར་ལྟར། མཚོ་སྤྱོད་པོ་རང་ལ་རི་བཞིན་སྤྱོད་ནས་
འབྲེལ་བ་གོ་སྤྱོད་ན་འང་ཙམ་པ་པོས་ཆེད་དུ་མཚོ་སྤྱོད་པོར་བསྐྱོད་སྤྱོད་འདི་འདྲ་
ལྟར་དགོས་དོན་རྟོགས་དཀའ་བས་ཅུང་ཟད་བཟོད་ན། བྱིད་ཚོས་མཚོ་སྤྱོད་
པོ་ཞིས་པའི་གཞིན་ཆོག་འདི་དབྱངས་སུ་འབྲིན་དུས། གཡུ་སྐབས་ཀྱི་
གདེངས་ཀ་ན་འཕྱོ་བའི་གསེར་མིག་གི་ཁྱུ་ཚོགས། སྐབས་དུལ་གྱི་ཟེགས་མ་
ལ་ཆུ་བྱ་ཕོན་པོའི་གཤོག་འབྱུར་དང་མགྲིན་དབྱངས། ཟབ་ཡངས་སྤྱོད་དུ་སྤྱོད་
རྒྱལ་བར་མཛོད་བྱེ་བས་གཏམས་པའི་གནམ་སྤྱོད་ས་ལ་ལྷུང་འདྲའི་མཚོ་མོ་
ཞིག་ངང་གིས་སྤྱོད་ལམ་དུ་སྤྱོད་བར་མི་འབྱུར་རམ། དེ་མཚུངས་མཚོ་སྤྱོད་
པོ་ནི་རང་གི་རིན་ཐང་བྲལ་བའི་བྱིས་གཞིས་ཀྱི་ལྷོ་བ་ཞིག་རེད་མི་སྤྱོད་མམ།
མམས་དང་། ཡབ་མེས་སྤྱོད་བཅན་གྱི་དུས་ནས་འགྲོགས་པའི་མཚོ་མོ་
འདིས་རིན་ཆེན་གཏེར་རྒྱས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་དང་། འཇད་མེད་ཆར་ཆུའི་
དངོས་གྲུབ་ཀྱིས་གངས་ཅན་སྤྱོད་བརྒྱུད་རིས་སུ་མ་ཆད་པར་ཕན་བདེའི་ལེགས་
ཆོགས་ཅི་ཙམ་སྤྱོད་ཡོད་པ་མི་མཁྱེན་ནམ། ཀྱི། འདི་ནི་པོད་མེས་རྒྱལ་གྱི་

ཆེས་གཅིས་སུ་འོས་པའི་ཁྱིམ་གཞིས་རྩིང་པ་ཞིག ལྷེ་པ་ཞིག འདི་ནི་བོད་
མི་རིགས་ཀྱི་ཆེས་སླ་ན་མེད་པའི་པ་མེས་ཀྱི་སྤྲིང་ནོར་ཞིག གངས་ཀྱི་རི་བོ་རེ་
རེས་བོད་གངས་ཅན་གྱི་མངའ་ཁོངས་མཚོན་ཐུབ་ན། མཚོ་ཕྱོན་བོའི་སྐབས་
ཕྱང་རེ་རེས་བོད་མེས་རྒྱལ་གྱི་མངའ་ཐང་ཅིས་མི་མཚོན། གངས་དཀར་གྱི་
ཟེགས་མ་རེ་རེས་གངས་རེའི་མཚན་སྟན་འཛིན་ན། གཡུ་སྐབས་ཀྱི་ཟེགས་
མ་རེ་རེས་ཀྱང་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་འཛིན་ངེས།

དེ་ལྟ་བུའི་པ་མེས་ཀྱི་མེད་ཏུ་མི་རུང་བའི་གཞིས་ཁྱིམ་ལྷེ་རྩིང་གང་ཞིག་
དེང་སང་བཅན་འཇུལ་དམར་པོས་བདག་བཟུང་དང་ཉམ་བཟའ་བྱས་ཡོད་པ་
དང་། རང་རིགས་ཀྱང་མེད་སྤྱིལ་སྤྱོན་འགའ་རེས་ཀྱང་མཚོ་ཕྱོན་པོ་ ཨ་མདོ་
ནི་གངས་རེའི་ཁོར་ཡུག་དང་མ་འབྲེལཔར་སྐྱེས་པའི་གནས་རྒྱལ་སྤྱོ་བོའི་འོག་
ཚོམ་པ་པོས་གངས་རེའམ་གངས་ལྗོངས་ཞེས་པའི་མིང་ཚབ་ལ་མཚོ་ཕྱོན་པོ་
ཞེས་ཆེད་ཏུ་བདགས་ནས་མཚོ་ཕྱོན་པོས་གངས་ལྗོངས་ཀྱི་སྤྲོད་བཅུད་བསྐྱས་ཏེ་
བསྟན་པའང་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་བྱགས་བསྟན་ལ་ཆོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་ལ་སྦྱར་བའི་འདས་
པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་དུ་ལའི་སྐ་མར་སྦྱར་བའི་དེང་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་གནས་རྒྱལ་
བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་རྣམས་ལ་སྦྱར་བའི་ད་ལྟ་དང་མ་འོངས་པའི་འཚོ་ལམ་ཏེ་གཤ་
བུའི་རིམ་པ་གསུམ་ལས་དང་པོ་ལ་སྤྱི་ཆིག་གི་རིམ་པ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ལ་
མདོར་བསྟན་དང་དབྱེ་བ་གཉིས་ཏེ། ཀ་དང་པོ། ཨེ་མ་མཚོ་ཕྱོན་པོ། མི་
རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ། མེས་རྒྱལ་གྱི་གཟི་བུ་དེ། ཅིས་པས་ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་
གསུམ་གྱི་མཛད་ཇེས་གང་དག་ནི་ངོ་གཞོངས་མི་དགོས་པར་འཇམ་སྤིང་ལ་ངོམ་

ཆོག་པའི་བོད་མེས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱལ་ཆེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཉག་ཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་
 ཆོས་རྒྱལ་གསུམ་ནི། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་དང་བོད་མེས་རྒྱལ་གྱི་གཟི་
 བརྩིང་ཡིན་པ་ནི། མདོར་བསྟན་པ་སྟེ་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་དུ་གཞན་ལས་ཤེས་བར་
 གྱིས།

རྒྱལ་སྟོན་པོ་འདི་ནས་འཕྱར་དུས་སོགས་ཀྱིས་ཆོས་རྒྱལ་གསུམ་གྱི་
 བོད་འབངས་ཡོངས་སུ་དབང་བསྐྱར་རྒྱ་བསྐྱེད་ཀྱི་དུས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་གང་གང་
 བསྐྱངས་དུས་ བྱ་ངང་པ་སྟེ་བོད་འབངས་སྤྱི་དགུ་ཀྱན་ལ་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་དགའ་
 སྟོན་ཐོབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྟོར་བསྟན་པ་དང་གཅིག མཆོ་སྟོན་པོ་འབྲམ་དར་
 ཆོགས་དུས་སོགས་ཀྱིས་བོད་རྒྱལ་ཁམས་སེལ་བུར་འཕྲོར་བ་དང་། ནང་
 འབྲས་སོགས་ཆབ་སྲིད་ཉམས་དམས་སུ་གྱུར་བས། བོད་འབངས་རྣམས་
 ལྷ་འཁྱིལ་གྱི་དུས་རབས་སྟོ་བའི་ཁྲོད་དུ་ལྷང་བའི་ལོ་རྒྱུས་བསྟན་པ་དེ་གཉིས་སོ།

ཀ་གཉིས་པའི་ཨེ་མ། བྱིད་ནི་སོགས་ཆེག་ཀང་གཉིས་ཀྱིས་མེས་
 དཔོན་གསུམ་གྱིས་གཙོ་བྱས་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་རིང་པོ་འདི་ནི། འཇམ་གླིང་
 གི་ལོ་རྒྱུས་ཟིན་བྲིས་ནང་དུ་བསུབ་དུ་མེད་པའི་དངོས་བྱུང་བྱང་བདེན་གྱི་ལོ་
 རྒྱུས་དམ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་བས་ང་ཚོའི་རང་བཙན་འཐབ་ཅོད་ཀྱི་རྒྱལ་
 བརྟན་ཁོངས་བཅོལ་གྱི་རེ་བའི་ཅ་བ་ཡང་ཡིན་པ་སོགས་བསྟན་པ་དང་། བྱིད་
 ནི་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་སོགས་ཆེག་ཀང་གཉིས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་གིས་བོད་རྒྱལ་ཁབ་
 འདི་ཉིད་ཁོ་གཙང་ལོགས་སུ་ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་ལ་རྩལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་
 བདེན་དོན་དངོས་ཞིག་ཡིན་པ་བསྟན་པ་དང་། ཆོས་རྒྱལ་གསུམ་གྱིས་
 བསྐྱངས་པའི་ལམ་ལྷགས་འདི་ནི་དངོས་གནས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་དོན་

དམ་ཞིག་ཡིན་པས། ང་ཚོའི་མ་འོངས་པའི་འཚོ་ལམ་ཡང་མེས་དཔོན་གསུམ་
 གྱིས་ངངས་པའི་ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་འཚོ་ལམ་འདི་རང་ཡིན་པའི་སྐྱོར་བཞུན་པ་
 སྟེ་སྤྱི་ཚིག་ཀ་བའོ།

སྤྱི་ཚིག་གཉིས་པ་ལའང་རིམ་པ་གོང་བཞིན་དང་འདྲ་བར་ཁ་དང་པོ་ལ།
 ཨེ་མ་སོགས་ཚིག་ཀྱང་གཉིས་ཀྱིས་ཚས་སྤྱུལ་གསུམ་གྱིས་བོད་མེས་སྤྱུལ་ལ་
 གཞལ་དུ་མེད་པའི་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་འཚོ་ལམ་གང་མང་ཞིག་བསྐྱུན་པ་དང་། ཁོང་
 ཚོ་ནི་རིགས་གསུམ་མགོན་པོས་སྤྱུལ་བའི་ཚས་སྤྱུལ་ཆེན་པོ་སྟེ། བོད་མི་
 རིགས་ཡོད་དོ་ཅོག་ལྷགས་གཉིས་ལམ་སྟོན་གྱི་མགོན་དང་སྐབས་ཡིན་པའི་སྐྱོར་
 ཏེ་མདོར་བཞུན་པ་དང་། མཚོ་སྟོན་པོ་འབྲུགས་པ་སོགས་ཚིག་ཀྱང་གཉིས་
 ཀྱིས་བོད་སེལ་བྱར་ཐོར་རྗེས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་སྟོབ་པའི་སྐབས་དང་བཞུན་སོག་པོས་
 བཅན་འཇུལ་དབང་བསྐྱར་བྱས་ཏེ་བོད་ཀྱི་སྟོད་བཅུད་ལ་ཉམས་ཆགས་ཆབ་ཆེ་
 བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་སྐྱོར་བཞུན་པ་སྟེ་ཞིབ་དུ་གཞན་ལས་ཤེས་པར་བྱོས། མཚོ་
 སྟོན་པོ་འབྲུག་དར་ལྷང་དུས་སོགས་ཀྱིས་ས་སྐྱ་བས་བོད་འདི་སོག་པོའི་དབང་
 བསྐྱར་འོག་ལས་བསྐྱབས་ཏེ། སྤྱི་ཡང་བོད་ཡོངས་ལ་རང་བཅན་རང་དབང་
 གི་ལྷགས་ཟུང་མངའ་ཐང་དར་བས། བོད་མི་འགྲོ་བ་རྣམས་གོད་ཆག་ཉམ་
 ངའི་ལོ་རྒྱུས་ཐར་བའི་སྐྱོར་ཏེ་གཉིས་དང་།

ཁ་གཉིས་པ་ལ་ཨེ་མ་བྱིད་ནི། སོགས་ཚིག་ཀྱང་གཉིས་ཀྱིས་ད་ལྟ་
 བར་བོད་རང་བཅན་གསོན་པོར་གནས་པ་ཚས་སྤྱུལ་རྣམས་དང་བར་སྐབས་ས་
 སྐྱའི་དྲིན་ཡིན་པ་དང་། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་སྟོབས་འདི་དག་ང་ཚོར་ད་ལྟ་སྤྱི་
 ཡང་རང་བཅན་རིག་པའི་སྤྱབ་རྟེན་བྱས་ཚོག་པའི་སྟོབས་པའམ་ཡིད་ཀྱི་བདེ་

གླིང་ཡིན་པ་ལོ་རྒྱུས་གནས་ཚུལ་དང་། བ་མའི་ཆོག་ཀྱང་གཉིས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་
 བཀའ་དྲིན་གཞུང་མེད་ཆོས་རྒྱལ་གསུམ་ལ་ཆེ་བསྟོད་ཀྱིས་འཛིན་ཏེ་བཅུ་
 རྒྱུ་ལྔ་ཡང་ན་རིགས་གསུམ་ནུམ་སྒྲུབ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འཛིན་ཏེ་
 གསུམ་གྱི་བདག་པོར་བསྐྱབས་ཆོག་པ་དང་། ཁྱོད་ཆོ་ནི་བོད་མེས་རྒྱལ་གྱི་
 གནའ་བོར་བྱུང་བའི་ལྷ་བས་ཆེན་པ་དག་ཡིན་པས་མི་ཆད་མ་འོངས་པ་ན།
 རྒྱུ་ལྔ་ལྔ་རྒྱུ་ལྔ་བའི་གཟི་བརྒྱུད་མཆོན་སྟོན་མཆོན་ཀྱང་། བོད་མེས་རྒྱལ་གྱི་
 ལ་རྒྱ་དངོས་ཡིན་པ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་གསལ་པོ་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་རིང་མོར་
 མཇུག་རྒྱུ་།

གཤམ་བྱ་གཉིས་པ་དེད་རབས་ལོ་རྒྱུས་མཆོན་པ་ལྟུལ་བ་རིན་པོ་ཆེར་
 སྒྲུབ་པ་ལྔ་ལྔ་ལྟ་ཆོག་གི་གོ་རིམ་གོང་དང་འདྲ། ཀྱང་པོ། ཞེ་མ་མཆོ་
 གློན་པོ་སོགས་ཆོག་ཀྱང་གཉིས་ཀྱིས་དུ་ལའི་སྤྱི་མ་ནི། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་
 རྒྱ་དང་བོད་མེས་རྒྱལ་གྱི་གཟི་བརྒྱུད་ཡིན་པ་བསྟན་པ་སྟེ། རི་རབ་མཚུབ་སྟོན་
 བྱེད་མི་དགོས། ལྷ་བས་སྟོན་པོ་སོགས་ཆོག་ཀྱང་གཉིས་ཀྱིས་དུ་ལའི་བཅུ་བཞི་
 པ་ཆེན་པོ་མཆོ་གློན་ནས་འབྲུངས་པས་བོད་འབངས་ནུམས་ལྟུལ་དབང་ཐུབ་
 བསྟན་རྒྱ་མཆོ་ལྟ་དན་ལས་འདས་པའི་སྟོ་མཐའ་སངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྟོར་ཏེ་
 གཅིག འབྲམ་དར་ཆགས་དུས་སོགས་ཆོག་ཀྱང་གཉིས་ཀྱིས་སྐབས་དེ་དག་
 ལ་རྒྱ་ནག་བཅན་འཇུག་པ་སོགས་ཀྱིས་བོད་ལྗང་པར་འདྲེ་ལག་བརྒྱུངས་པའི་
 བོད་མི་ནུམས་སྤྱི་ལྔ་ཡང་འཛིན་སྟོན་སེམས་ཁུལ་གྱི་གནས་སྤྱི་རྒྱུ་ལྔ་པའི་ལོ་
 རྒྱུས་སྟོར་ཏེ་གཉིས་སོ།

ཀྱང་གཉིས་པ་ཞེ་མ་བྱེད་ནི། སོགས་དང་པོས་རྒྱལ་བའི་སྤྱི་བྱེད་རིམ་

བྱོན་ནི་བོད་སྤྱི་པའི་ཉེ་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཇི་ལྟར་གནས་སྐབས་ཀྱི་མཚན་བྱ་
 དངོས་དང་། ལྷག་པར་ལོ་གོང་ས་གོང་མ་དང་འདྲི་ཉིད་ཀྱིས་བོད་དོན་ལོ་རྒྱུས་
 ཇི་བཞིན་འཛམ་གླིང་ལ་ཡོངས་ཁྱབ་གསལ་བསྒྲགས་མཛད་པའི་སློར་དང་།
 ང་ཚོས་རང་བཙན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཁོང་གི་ཐབས་མཁས་ཐུགས་རྗེ་ལ་རག་ལས་
 པའི་གནས་ཚུལ་སོགས་དང་། བྱིད་ནི་སོགས་ཐ་མ་གཉིས་ཀྱི་གནས་འོག
 སློས་སྤྱད་པའི་ཅན་པར་བྱམས་དང་བཅི་བའི་ལུགས་ཟུང་གིས་དོན་དམ་ཞི་
 བདེའི་བདེ་སྦྱིད་དམ་པ་གནང་མཁན་དང་ང་ཚོའི་སྦྱིད་སྤྱག་གི་བདེན་པ་བརྟེན་
 སའམ་བདེན་མཐའི་བདེ་སྦྱིད་མཚན་ཚོལ་མཁན་དང་། མ་འོངས་པ་ནའང་
 ཁོང་གི་ལམ་སྟོན་ལུགས་གཉིས་དམངས་གཙོའི་འཛེལ་མ་དུ་བསྐྱོད་དགོས་པ་
 སོགས་བཅུལ་པ་སྟེ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་པའོ།

ཁ་པ་དང་པོ། ཁོང་ནི་བོད་མིས་རྒྱལ་གྱི་བདེ་སྦྱིད་དང་། བོད་མི་
 རིགས་ཀྱི་མགོན་སྤྱབས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཚུལ་ཡང་ཆང་མས་མཁྱེན་གསལ་བཞིན་
 སྟེ་མདོར་བསྟན་པའོ། འབྲམ་དར་ཆགས་དུས་སོགས་དང་པོས་རྒྱ་ནག་
 བཙན་འཛུལ་པ་དངོས་སུ་སྤྱབས་པ་ནས་བོད་མི་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་
 མཚོའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་དཔུལ་ཁམས་ཐངས་གཅིག་ཕྱངས་སུ་བཅུག་པའི་ལོ་རྒྱུས་
 ཏི་ཀྱན་ལ་གསལ་ལོ། འབྲམ་དར་ལུང་དུས་སོགས་གཉིས་པས་དུ་ལའི་ཁོང་
 བཙན་བྱོལ་དུ་ཐེབས་ནས་བོད་དོན་སློར་ལ་ཕན་ཆུབས་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་།
 བོད་ནང་ཁུལ་ལ་ཆོས་དང་རིག་གནས། དཔལ་འབྱོར་སོགས་སྤར་གསོའི་
 དབྱིད་དཔལ་སྤར་ཡང་ཤར་བའི་ལོ་རྒྱུས་གནས་ཚུལ་སློར་ཏི་ཤེས་སྟེ། ཁ་
 གཉིས་པའི་ཨེ་མ་བྱིད་ནི་སོགས་དང་པོའི་དེང་སྐབས་ང་ཚོ་བོད་གཞིས་བྱིས་ཀྱི་

བདེ་སྦྱིད་ཕྱན་བྱ་གང་དག་ཡང་ཅ་པ་ཁོང་གི་སྐྱེ་དྲིན་ལས་བྱུང་བའི་སྒྱུ་མཚན་
 སྒྲོར་དང་། མ་འོངས་རང་བཅན་གྱི་སྒྱུ་ཁ་ཁ་ཡང་ཁོང་ལ་རག་ལས་ཡོད་པའི་
 གནས་ཚུལ་བཅས་དང་། བྱིད་གཉིས་སོགས་ཐ་མའི་དྲུ་ལའི་ནི་བོད་མི་
 རིགས་དང་། མེས་སྒྱུལ་གྱི་གཟི་བཙེད་ལ་སྒྱུ་ཡིན་པའི་མ་ཆད་འཛིག་དྲིན་
 རྒྱུལ་པོའི་བདག་པོར་བསྐྱབས་བཙོན་བྱས་པ་སྟེ། གནས་ཚུལ་དངོས་ལྟར་
 བྱུང་འཛིག་སྦྱང་གི་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་དམ་པ་དང་། ཆོས་ལུགས་རིས་སྐྱེ་
 མ་ཆད་པའི་བདག་པོ་དང་། གཞན་ཡང་མཚན་གྱི་ཆ་ནས་སྤྲོད་གསུམ་དབང་
 བསྐྱུར་མཚུངས་པ་མེད་པའི་སྟེ་ཞེས་སྟོག་གྱུར་ཆོས་ཀྱི་ཆེག་དོན་ཆ་ནས་ཀྱང་
 འབྲེལ་སྒྱུ་མང་བ་སོགས་ཀྱན་གྱི་ཤེས་བཞིན་གོ་སྟེ་བའོ།

གཤམ་བྱའི་རིམ་པ་གསུམ་པ་དུས་རབས་ཀྱི་གངས་གཞོན་རྣམས་ལ་
 སྐྱུར་ཅིང་། མ་འོངས་པར་རེ་བསྐྱུལ་བྱེད་པའི་གདམས་ངག་གོ་རིམ་གོང་
 ལྟར་རོ། ཀ་དང་པོའི་ཞེ་མ་མཚོ་སྟེ་པོ་སོགས་ཀྱིས་ང་ཚོ་གཞོན་ཏུ་རྣམས་
 ཀྱིས་བོད་མི་རིགས་དང་། མེས་སྒྱུལ་ལ་ངོ་གནོང་མི་དགོས་པའི་ཞབས་ཁྱེ་
 ཐུབ་པའི་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་སྒྱུ་དང་། མེས་སྒྱུལ་གྱི་གཟི་བཙེད་མཚན་སྟོན་
 འཛིན་པའི་སྦྱིས་རབས་པ་ཞིག་བྱེད་དང་བྱ་དགོས་པ་སྟེ་མདོར་བསྟན་པ་དང་
 གྲུབས་སྟོན་པོ་སོགས་དང་པོས་ང་ཚོ་ཞི་བདེའི་བསྟོན་གནས་ཆོས་ལྟན་གངས་ཅན་
 གྱི་ར་བ་འདིར་སྦྱི་བ་སྤངས་པས་སམ་འཛིག་དྲིན་འདིར་ལང་ཚོའི་སྐྱ་གུ་འབྱས་
 བས་དགའ་སྟོ་མཚོན་པ་དང་། འབྲམ་དར་ཆགས་དུས་སོགས་གཉིས་པས་
 རང་བྱུང་གི་ཁོར་ལུག་འདི་འདྲར་ལས་སྤངས་ཀྱང་རང་དབང་གི་ཐོབ་ཐང་མེད་
 པར་གཞན་དབང་གི་བཅན་གཞོན་ཐེབས་དགོས་པ་འི་གནས་ཚུལ་བསྟན་པ་

འདི་ལ་ཕ་མ་སོགས་ཀྱིས་རྩིང་ཞེན་མཁྱེས་པ་འདི་ན་གྱི་དབང་ཤུགས་ཐེབས་
 པའང་འདྲས། ཀ་གཉིས་པའི་ཨེ་མ་བྱིད་ནི་སོགས་དང་པོས་ང་ཚོ་ལོ་རྒྱུད་
 གཞོན་རབས་རྒྱུས་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཇུག་སྐྱོང་དཔའ་བོ་དང་བསྐྱལ་པ་གསར་བ་
 བསུ་བའི་བོད་མི་ཀྱན་གྱི་རེ་བ་བཅོལ་ས་ཡིན་པའི་གནས་ཚུལ་དེ་གོ་སྟེ། བྱིད་
 ནི་སོགས་ཐ་མས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་ང་ཚོའི་ཕྱག་པར་ཡོད་པ་དང་།
 མ་འོངས་བའི་འཚོ་ལམ་གང་འདྲ་ཞིག་གསར་གཏོད་བྱ་རྒྱུའི་བྱ་བཞག་ལས་
 སྐལ་མཐའ་དག་ང་ཚོས་གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་སོགས་བསྟན་པ་སྟེ་ཀའའོ།

ཁ་བ་དང་པོའི་ཨེ་མ་སོགས་ཆེན་ཤང་གཉིས་ཀྱིས་བོད་མི་རིགས་དང་
 མེས་རྒྱལ་གྱི་བདེ་སྐྱིད་བསྐྱེད་པའི་བདག་པོ་དང་རང་གི་མི་རིགས་དག་ལག་ནས་
 སྐྱབ་མཁན་ཞིག་ཡོང་དགོས་པ་དང་། ཡང་ན་བོད་མི་མང་གི་དབུ་བྱིད་པ་ཞིག་
 ཡོང་དགོས་པར་བསྐྱལ་བ་སྟེ་མདོར་བསྟན་པ་དང་།

འབྲུག་པས་བསྐྱེད་པ་དུས་སོགས་དང་པོས་གངས་ཅན་པའི་གཞོན་ཀྱ་
 དུ་མ་ཞིག་ལའང་བཅན་འཇུལ་དམར་པོས་མནར་གཅོད་རྒྱུ་དེག་གང་མང་
 ཐོག་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྟོར་དང་། འབྲུག་དར་ལྗང་སོགས་གཉིས་པས་ཐུན་ནག་གི་
 སྤྱིད་རྒྱས་དེ་ལ་ཅུང་ཟད་འགྱུར་བ་བྱུང་ནས་གཞོན་ཀྱ་ཚོ་སྐྱབ་སྐྱོང་གི་གོ་སྐབས་
 ཅུང་ཟད་ཐོབ་པ་སོགས་དང་། ཡང་ན་བོད་རང་བཅན་གྱི་འབྱོར་སྒྲིག་གསར་པའི་
 ཅོང་བརྟེན་ཐོས་བསམ་རྟོངས་གཉིད་ལས་སད་པ་དང་། དཔའ་སྐྱབས་ཀྱི་སྐྱབས་
 པ་འཕྱར་བའི་དགའ་བ་དག་མཚན་པའོ།

ཀ་གཉིས་པའི་ཨེ་མ་བྱིད་ནི་སོགས་དང་པོས་ཁ་སང་གི་གཞོན་ཀྱ་
 རྒྱུས་དེ་རིང་མེས་རྒྱལ་འཇུགས་བསྐྱེད་གྱི་བདེ་སྐྱིད་སྐུབ་པའི་ཞབས་ཞུ་དངོས་

ཡིན་པ་དང་། དེ་རིང་གི་ལོ་རྒྱུད་གཞིན་ནུ་ཚོས་ང་ཉིད་གི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་སྤྱིད་
 གསར་པ་སྐྱེན་མཁན་ཡིན་ཞེས་པ་དང་། ཡང་ན་ང་ཚོ་ནི་འབྲུང་འབྲུར་རྒྱལ་
 ཁབ་སྤུ་བའི་འཕུལ་མོ་ཞིག་ཡིན་པས་ད་ལྟ་ནས་མི་རིགས་ཀྱི་ཞབས་ཏུ་སོགས་
 བསྐྱེད་དགོས་པ་དང་། སྤུ་བ་བཞིན་པའི་སྐྱེད་ལ་སྤྱར་ཆོག་། བྱིད་ནི་སོགས་
 ཕྱི་མས་ང་ཚོ་ལོ་རྒྱུད་གཞིན་ནུ་ཚོ་འཇམ་སྤྱིང་གི་དུས་རྒྱུས་ཟིན་པའི་མི་ཆད་
 ཡང་ཅེར་སོན་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བདག་པོ་འམ་མེས་རྒྱལ་གྱི་ཞབས་འདེགས་
 བོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་གསར་སྐྱེན་གྱི་བདག་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་དུ་འབྱུར་བའི་རེ་སྐུལ་
 ལམ་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་བརྗོད་ཀྱི་མཆོག་བསྐྱེད་པ་སྟེ། དེ་བས་ན་སྤུ་ཆོག་གི་
 དབྱུང་པ་གཤམ་བྱ་གསུམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེ་ལོང་ཅམ་སྐྱས་པ་རེ་ཞིག་དེ་ཅམ་མོ།
 སྤུ་སྐྱས་པ།

དོན་ལྡན་ལེགས་བཤད་ནོར་བུའི་རྒྱུད་མངས་ཅན། །རང་གྲུབ་ཆོག་གི་སྤྱད་བྱངས་མཚོ་ལྗོན་པོ།
 མཚོ་ལྗོན་ལྷ་ཡི་ཟེགས་མ་མཆོད་ཐངས་རེ་ལ། །མཚོ་བྱང་རྒྱལ་མོའི་སྤྱས་བྱིད་སྤུ་ཡང་དུན།
 ཆོག་དོན་གསང་བའི་རེ་མོས་རྒྱས་བདེ་བའི། །མན་ངག་བདུད་ཅིའི་དངོས་གྲུབ་མཚོ་ལྗོན་པོ།
 ཁྱི་གཤོག་རྒྱལ་མོའི་སྤུ་བས་སྤྱད་བྱིད་འཇགས་ན། །གངས་ཀྱི་ལྷན་པོའི་རྩ་རྩ་ནམ་ཅི།
 རྩ་དབྱེད་གཞིན་ནུའི་སྤུ་གསུམ་དབྱུག་ཐོག་ཏེ། །དོན་ཀྱན་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་རྩ་ཁོ་བོས་བདུངས།
 གསང་བའི་གཏེར་ཆེན་འབྲེན་པའི་ཤིང་རྩ་འདིས། །གང་བྱིད་སྤུ་དགོངས་རེ་ཞིག་བསྐྱངས་པ་ཅམ།

